

# بیجی لفتلو کا سلیقہ

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں: [www.iqbalkalmati.blogspot.com](http://www.iqbalkalmati.blogspot.com)

میں نے گفتگو سے آپ کو بہت کچھ سیکھا ہے  
میں نے گفتگو سے آپ کو بہت کچھ سیکھا ہے

The Art of  
Good  
Conversation



[www.iqbalkalmati.blogspot.com](http://www.iqbalkalmati.blogspot.com)



## اچھی گفتگو کا سلیقہ

اس کتاب کے موضوعات

- ☆ خوبصورت اور دلکش گفتگو کے اصول
- ☆ رسمی اور مصنوعی گفتگو
- ☆ گفتگو سے معلومات میں اضافہ
- ☆ دو افراد کے درمیان گفتگو
- ☆ محفل میں بات چیت
- ☆ کاروباری گفتگو
- ☆ سوگوار اور بنجیدہ مواقع پر بات چیت
- ☆ آسان اور مشکل مواقع پر گفتگو
- ☆ اجنبی لوگوں سے بات چیت
- ☆ عورت اور مرد میں گفتگو
- ☆ عورتوں کی محفل میں بات چیت
- ☆ اچھی گفتگو کیسے کی جائے
- ☆ گفتگو میں مہارت حاصل کرنے کا طریقہ

قیمت: 50 روپے



اچھی اور دلکش گفتگو ایک فن ہے  
جس سے بہت ہی کم لوگ واقف ہیں

چند اہم اور بنیادی باتوں پر مشتمل کتاب

# ابھی گفتگو کا سلیقہ

ایرک واٹسن

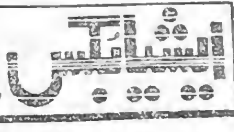
شاپن اقبال

ایم۔ اے



پوسٹ بکس نمبر 554

راولپنڈی - پوسٹ کوڈ 46000



یہ دنیا انسانوں کا ایک جنگل ہے۔ جس طرح جنگل میں مختلف مزاج کے جانور ہوتے ہیں، اسی طرح اس دنیا میں بھی مختلف طرح کے لوگ ہیں۔ بعض درد مندوں کی طرح غمخوار اور غلام ہیں، بعض سمیڑیوں کی طرح سفاک، بعض لومڑیوں کی طرح مکار اور چالاک، بعض کیدڑوں کی طرح بزدل اور بعض ہرڈوں کی طرح شریف اور معصوم۔ ان سب میں کامیابی کے ساتھ جینا ایک مشکل ہنر ہے۔ اس مقدمہ کے لئے ذیلی تکروروں سے نجات حاصل کرنا ضروری ہے۔ "کامیابی کی سیر می پروہی اوپر" ایک ایسی کتاب ہے جو آپ کا اپنی تکروروں سے نجات حاصل کرنے میں مدد دے گی تاکہ آپ آگے بڑھ سکیں۔

کیا آپ جانتے ہیں کہ آپ میں ایک حیرت انگیز طاقت ہے۔ اس طاقت کے بارے میں شاید آپ نے کبھی سوچا ہی نہیں۔ یہ طاقت ہے مثبت سوچ، اعتماد اور یقین بنی۔ یہ ایک نفسیاتی اور بعض صورتوں میں ایک روحانی طاقت ہے۔ اگر آپ اس طاقت کو بیدار کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو آپ کچھ بھی کر سکتے ہیں۔ یہ کوئی سمجھہ ہے، کوئی کرامت ہے یا کیا ہے؟ یہ سب جانے اور اپنی ذاتی اور روحانی طاقت کے ذریعے اپنی زندگی میں انقلاب لانے کے لئے ہماری کتاب "ابھی سوچ، راہ آسان، منزل قریب" کا مطالعہ کریں۔

جب آپ مشکلات کے سمندر میں بھٹس جائیں، نگر، پریشان، مالی مشکلات، ناکامی اور رک جھینچا چاروں طرف سے آپ کو گھیر لیں۔ آپ کو کوئی راہ دکھائی نہ دیتی ہو تو یہ کتاب آپ کی مدد کرے گی۔ "زندگی کا دروازہ کھلا ہے" آسانی کتابوں کے بعد دنیا میں سب سے زیادہ پڑھی جانے والی کتاب ہے۔ یہ کرڈوں کی تعداد میں فروخت ہو چکی ہے۔ دنیا کی تمام زبانوں میں اس کا ترجمہ ہو چکا ہے۔ اگر آپ نے یہ کتاب ابھی تک نہیں پڑھی تو یقیناً آپ راہنمائی سے محروم رہ گئے ہیں۔

کیا آپ نہیں جانتے کہ آپ کے ذہن میں نئے نئے خیالات پیدا ہوں۔ لوگ آپ کو پسند کریں۔ آپ کو فائدہ پہنچا کر دوش ہوں۔ آپ کو لوگوں سے کام لینے کا طریقہ آجائے۔ آپ کے کاروبار، خواہ اور آمدنی میں اضافہ ہو۔ آپ کا مالی کے تمام کر سیکھ جائیں۔ آپ کی پرنسپل منٹکو سے لوگ متاثر ہوں۔ وہ آپ کی طرف کھینچے آئیں۔ خواتین آپ میں کشش محسوس کریں اور ساری دنیا آپ سے خوش ہو۔ اگر آپ یہ سب کچھ چاہتے ہیں تو "دوروں پر جادو سمجھئے" کا مطالعہ آپ کے لئے ضروری ہے۔

کامیابی کی سیر می پروہی اوپر



ابھی سوچ راہ آسان منزل قریب



پرنسپل بنو نا پھوٹئے جینا شروع کیجئے



نئے دور جادو سمجھئے



## خوبصورت اور دلکش گفتگو کے اصول



گفتگو دراصل خیالات کو دوسروں تک پہنچانے کا ذریعہ ہے اور جتنے  
موثر اور خوبصورت طریقے سے خیالات پہنچائے جائیں گے اتنا ہی گفتگو کو موثر



All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopyings, recording or by any information storage or retrieval system, without permission in writing from the publisher.

### ASIA BOOKS

P.O.Box, 554, 148-3, Sehgal street  
Murree Road, Rawalpindi, Cantt.  
Post Code 46000

Mob: 0345-5300110

Ph: 051-2518699

051-5120611

Several Editions: 1994 onwards

This Edition: 2013

Printed at.  
Faiz-ul-Islam Printers  
Rawalpindi

ایشیا بکس کی کتابیں ملنے کا پتہ

کتاب گھر 'اقبال روڈ'، کمیٹی چوک، راولپنڈی | اشرف بک اینجنسی، کمیٹی چوک، راولپنڈی

فون: 051-5531610  
051-5774682

فون: 051-5552929  
051-5539380

اتحاد نیوز اینجنسی، اخبار مارکیٹ  
سوتلی پلازہ، پیمٹ - ریانو چوک - راولپنڈی  
فون: 051-5504559

خوبصورت اور خوشگوار سمجھا جائے گا۔ اچھی اور دل میں اتر جانے والی گفتگو محض الفاظ کے چناؤ کا ہی نام نہیں ہے بلکہ گفتگو کرنے کے کچھ ایسے اصول ہیں جن سے گفتگو دلنشین اور خوبصورت بنایا جاسکتا ہے۔

یہ انسان کی بنیادی ضرورت ہے کہ وہ اپنے خیالات دوسروں تک پہنچائے اور ان کے خیالات سے خود لطف حاصل کرے۔ صرف ایسے لوگ جو دنیا اور انسانوں سے بیزار ہوں خاموش رہ کر زندگی گزار سکتے ہیں۔ عام آدمی دوسرے لوگوں سے باتیں کرنا اور باتیں سننا پسند کرتا ہے۔ کیونکہ وہ یہ جاننا چاہتا ہے کہ اس کے الفاظ اور خیالات دوسروں پر کیا اثر کرتے ہیں۔ دوستوں اور اجنبی لوگوں میں آپ کی ہر دعویٰ اور مقبولیت کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ کیسی گفتگو کرتے ہیں۔

اچھی گفتگو کرنا ایک فن ہے۔ بعض لوگوں میں یہ خوبی شروع ہی سے موجود ہوتی ہے کہ وہ اپنے خیالات کو آسانی سے دوسروں تک پہنچا سکتے ہیں یا اپنی بات چیت میں مزاح کا رنگ پیدا کر سکتے ہیں۔ ان کی گفتگوں کو محفل میں خوشی کی لہر دوڑ جاتی ہے۔ بعض لوگوں کی آواز کا اتار چڑھاؤ بہت خوشگوار ہوتا ہے اور اس سے ذہن اور کانوں پر انتہائی خوشگوار اثر پڑتا ہے۔ آواز گفتگو میں ایک نہایت اہم کردار ادا کرتی ہے۔ بعض لوگوں کو قدرتی طور پر ایک اچھی آواز ملی

ہوتی ہے جس کے ساتھ وہ اپنے خیالات، سوچ اور معلومات کی خوبصورت طریقے سے آمیزش کر کے اپنے سامعین پر مطلوبہ اثر پیدا کر سکتے ہیں۔ آسان اور خوشگوار الفاظ ان کی زبان سے پھول کی طرح جھڑتے چلے جاتے ہیں۔ ان کی باتیں سننا اور ان سے باتیں کرنا ہمیشہ ایک خوشگوار تجربہ ثابت ہوتا ہے۔ جو شخص اپنی معلومات کو محفل کی ضرورت کے مطابق آواز کے مناسب اتار چڑھاؤ کے ساتھ پیش کرتا ہے، سننے والوں کا دل جیت لیتا ہے۔ وہ دوسروں کے لئے حوصلہ افزائی کا باعث بنتا ہے۔ اس کی باتوں سے کسی کی دل آزاری نہیں ہوتی اور نہ ہی وہ دوسروں پر غیر ضروری نکتہ چینی کرتا ہے۔ اس کی باتوں میں دوسروں کے لئے دلچسپی کا سامان ہوتا ہے۔ لوگ ایسے شخص کے بولنے کا انتظار کرتے ہیں۔ لیکن ایسے لوگوں میں ایک اور خوبی یہ بھی ہوتی ہے کہ وہ صرف بولنے پر ہی اکتفا نہیں کرتے بلکہ دوسرے لوگوں کو بھی اپنے خیالات پیش کرنے اور محفل میں شریک ہونے کا موقع فراہم کرتے ہیں۔ کیونکہ ہر شخص کے پاس کہنے کے لئے کوئی نہ کوئی بات ضرور ہوتی ہے جس کے اظہار کے لئے اسے مناسب ماحول اور حوصلہ افزائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اچھی گفتگو کرنے والا دوسرے لوگوں کو بات کرنے کا یہ موقع دیتا ہے۔

وہ جانتا ہے کہ دوسروں کو ان کے خول سے کیسے نکالا جاتا ہے۔ ہر شخص

کا گفتگو کرنے کا اپنا ایک مخصوص طریقہ ہوتا ہے جسے محنت اور کوشش کر کے زیادہ پر لطف اور دلچسپ بنایا جاسکتا ہے۔ چنانچہ اچھی گفتگو کرنے کے چند راہنما اصول ہیں جو یہ ہیں۔

☆ گفتگو میں دلچسپی لی جائے۔

☆ گفتگو میں حصہ لینے والے دوسرے افراد اور ان کی رائے کا احترام کیا جائے۔

☆ بے جا تنقید اور غیر ضروری مداخلت سے گریز کیا جائے۔

یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ گفتگو اور کلاس روم میں یکسر سننا دو مختلف باتیں ہیں۔ یکسر کے دوران آپ مخصوص وقت کے لئے پابند ہوتے ہیں جبکہ گفتگو محض ایک قسم کی تفریح ہے۔ چنانچہ اگر کسی شخص کے لئے گفتگو تفریح کا ماحول پیدا نہیں کرتی تو وہ اس سے جلد ہی اکتاہٹ محسوس کرنے لگے گا۔

لہذا اچھی گفتگو کے لئے ضروری ہے کہ وہ نہ صرف ہلکی پھلکی ہو بلکہ وہ لوگوں میں شرکت کا احساس بھی پیدا کرے۔

اسی طرح باتونی ہونا اور اچھی گفتگو کرنا دو مختلف باتیں ہیں۔ ہو سکتا ہے ایک باتونی شخص گھنٹوں تک باتیں کر سکتا ہو لیکن وہ یہ محسوس نہیں کر سکتا کہ

لوگ اس کی باتوں پر توجہ بھی دے رہے ہیں یا نہیں۔ لوگ اپنی جسمانی حرکات و سکنات سے اسے برابر یہ احساس دلا رہے ہوتے ہیں کہ ان کے لئے اس باتونی شخص کی باتوں میں کوئی کشش نہیں ہے۔ اس لئے یکطرفہ طور پر طویل گفتگو کرنے سے بھی گریز کرنا چاہئے۔ تاہم اگر لوگ طویل گفتگو میں دلچسپی لے رہے ہیں اور سننے میں خوشی محسوس کر رہے ہیں تو پھر طویل گفتگو کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ لیکن طویل گفتگو کرتے وقت محفل میں دوسرے لوگوں کی موجودگی کا احساس ضرور کیا جانا چاہئے۔ ہو سکتا ہے کہ ان میں سے کوئی شخص زیادہ بہتر بات کرنا چاہ رہا ہو۔



بعض موضوعات سے گریز

گفتگو کرتے وقت بعض ایسے موضوعات سے گریز کرنا چاہئے جن سے کسی کی دل آزاری ہو سکتی ہے۔ مذہب کے بارے میں اختلافی گفتگو کرنے سے خصوصاً گریز کرنا چاہئے



کیونکہ محفل میں کوئی ایسا شخص ہو سکتا ہے جس کو آپ کی رائے سے اتفاق نہ ہو۔ اسی طرح محفل میں موجود کسی شخص کی نجی زندگی کو موضوع گفتگو بنانے سے بھی گریز کرنا چاہئے۔ اس کے علاوہ ایسے فنی اور تکنیکی موضوعات بھی گفتگو میں زیر بحث نہیں لائے چاہیں جن کے سمجھنے والے محفل میں موجود نہ ہوں۔ دوسرے لفظوں میں یوں کہہ لیجئے کہ بوجھل موضوعات پر گفتگو سے محفل پر بوریب طاری ہونی لگتی ہے۔ اس لئے بوجھل موضوعات سے پرہیز کیا جائے تو محفل سے خوشی اور مسرت حاصل کرنے کا مقصد پورا ہو سکتا ہے۔

### گفتگو کی اخلاقیات

گفتگو کی بھی اخلاقیات ہوتی ہے۔ جس کے تحت جب کوئی شخص بات کر رہا ہو اور اُس نے ابھی اپنی بات مکمل نہ کی ہو تو اسے ٹوکنا یا اس کی بات میں مداخلت نہیں کرنی چاہئے۔ تحمل، اچھی گفتگو کا ایک لازمی حصہ ہوتا ہے۔ جب دوسرا شخص بات کر رہا ہو تو آپ تحمل سے اپنے بولنے کی باری کا انتظار کریں۔ اگر آپ دوسروں کی گفتگو میں بے جا مداخلت کریں گے تو جب آپ بولیں گے تو آپ کی بات میں بھی مداخلت کی جاسکتی ہے۔ اس لئے اچھی گفتگو کے لئے اچھا سامع بننا بھی ضروری ہے۔

### گفتگو ایک تفریح



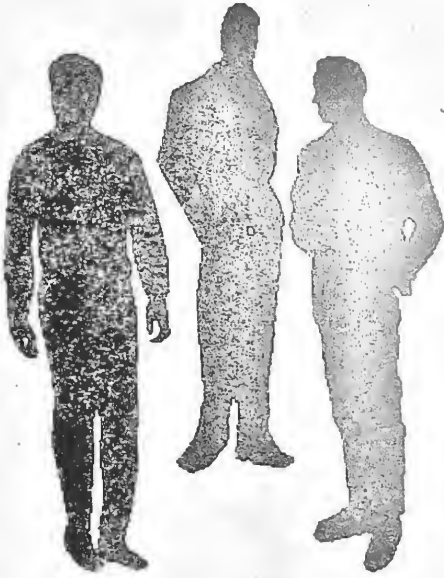
گفتگو سے تفریح حاصل کرنا گفتگو میں شریک تمام لوگوں کا بنیادی مقصد ہوتا ہے۔ اگر محفل میں موجود تمام لوگ اس گفتگو سے یکساں طور پر لطف اندوز نہیں ہو رہے تو وہ اس میں یکساں طور پر شریک نہیں ہو پائیں گے۔ کیا آپ ایسے شخص سے باتیں کرنا پسند کریں گے جو آپ کی باتوں میں دلچسپی نہ لے رہا ہو۔ جس طرح ایک پکنک پارٹی سے آپ اسی وقت پوری طرح لطف اندوز ہو سکتے ہیں جب ہر شخص پکنک پارٹی کو یکساں طور پر دلچسپ اور پر لطف بنانے کی کوشش کرے۔ اسی طرح گفتگو بھی اس وقت تک بے رنگ رہے گی جب تک اس میں شریک ہر شخص اس میں پوری طرح حصہ نہ لے۔ اس اعتبار سے گفتگو اور

تفریح میں کوئی زیادہ فرق نہیں ہے۔ گفتگو ایک ایسی تفریح ہے جس میں دو تین یا اس سے زیادہ افراد حصہ لیتے ہیں۔ جس قدر زیادہ لوگ اس تفریح میں شرکت کے احساس کے ساتھ حصہ لیں گے اسی قدر یہ تفریح ہر ایک کے لئے مسرت اور شادمانی کا باعث ہوگی۔ گفتگو سے تفریح حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے کہ محفل میں موجود تمام لوگ یکساں معیار کی ذہانت اور مشترک پس منظر کے حامل ہوں تاکہ ایک دوسرے کی بات کو با آسانی سمجھا جاسکے۔

### گفتگو میں شرکت

گفتگو اس وقت زیادہ کامیاب ہوتی ہے جب گروپ میں شامل ہر شخص یکساں طور پر دلچسپی، رواداری اور برداشت کے جذبے سے اس میں شریک ہو۔ اگر گروپ میں شامل کوئی شخص گفتگو میں پوری طرح شریک نہیں ہوتا یا گریز کرتا ہے یا کسی قسم کے احساس برتری میں مبتلا ہے تو پھر بات چیت کا سلسلہ متاثر ہو سکتا ہے۔ جب دوستوں میں بات چیت جاری ہو تو پھر ہر شخص کو اس میں بغیر کسی چٹکچاہٹ اور تذبذب کے شریک ہونا چاہئے۔ کیونکہ گفتگو کا سلسلہ اسی وقت آگے بڑھے گا جب تمام دوست اس میں پوری طرح حصہ لیں۔ لیکن یہ بات یاد رکھنی چاہئے کہ شمولیت کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ کوئی شخص

وقت کے زیادہ حصے میں خود ہی بولتا رہے۔ اس کا یہ بھی مطلب نہیں ہے کہ ہونٹ ہی سی لئے جائیں اور محض مسکرانے اور سر ہلانے پر اکتفا کیا جائے۔ شمولیت کا مطلب یہ ہے کہ ہر شخص گفتگو میں برابر کا حصہ لے۔



گفتگو کا سلسلہ آگے بڑھانے کے لئے ضروری ہے کہ کوئی شخص محض ان جملوں اور خیالات کی تکرار نہ کرے جو پہلے پیش کئے جا چکے ہوں۔ گفتگو میں



ہیں جب اظہار رائے ضروری ہو جاتا ہے۔ تاہم کہنے اور سننے کے بھی کچھ ضابطے اور قاعدے ہوتے ہیں۔ اس سلسلے میں بعض عوامل کو پیش نظر رکھ کر ہی انصاف کیا جاسکتا ہے۔

خیالات کے تبادلے کو محاذ آرائی کی صورت اختیار نہیں کرنی چاہئے۔ اگر کبھی ایسی صورت پیدا ہو جائے تو یقین کر لینا چاہئے کہ بات چیت کا سلسلہ کوئی نازک صورت اختیار کر سکتا ہے۔ ایسے حالات میں خاموشی اختیار کر لینا ہی بہتر ہو گا۔ خیالات کے تبادلے کے لئے دوسروں کے خیالات اور آراء کو ہضم کرنا ہوتا ہے اور اس کی بنیاد پر اپنے خیالات پیش کرنے ہوتے ہیں۔ اگر ہم گفتگو کے دوران اپنے موقف پر ہی ڈٹے رہیں تو اس کا مطلب یہ ہوگا کہ ہم گفتگو کے عمل کو آگے بڑھانے کے لئے کوئی موثر کردار ادا نہیں کر رہے۔ ہمیں کھلے دل و دماغ کے ساتھ دوسروں کے خیالات سن کر اپنے خیالات پیش کرنے چاہئیں اور یہ بات ضروری مد نظر رکھنی چاہئے کہ ہم اپنی معلومات کی بنیاد پر جس نتیجے پر پہنچے ہیں وہ آخری اور حتمی نہیں ہے۔ اس میں بھی تبدیلی اور ترمیم کی گنجائش ہو سکتی ہے۔ ہم اس طرز عمل کے ساتھ ہی گفتگو کے سلسلے کو آگے بڑھانے میں اپنا کردار بہتر طور پر ادا کر سکتے ہیں۔ ہمیں دوسروں کی رائے کا احترام کرنا ہوگا۔ اس طرح دوسرے کے دل میں آپ کی رائے کا احترام کرنے کا جذبہ پیدا ہوگا۔

شریک افراد کو یہ بات یاد رکھنی چاہئے کہ انہیں جاری بات چیت کو نیا موڑ اور خیالات کا نیا سلسلہ عطا کرنا ہوتا ہے۔

کچھ کہنے کچھ سننے

کھیل کے دوران ایک کھلاڑی فٹ بال کو بک مارتا ہے اور دوسرے تمام کھلاڑی فٹ بال حاصل کرنے کے لئے اس کی طرف لپکتے ہیں۔ اسی طرح گفتگو میں بھی ہوتا ہے۔ کوئی بھی بات چیت کی طرف طور پر جاری نہیں رہ سکتی۔



اس میں تمام افراد کو شریک ہونا پڑتا ہے۔ تاہم بات چیت کے دوران ایسے وقت آتے ہیں جب صرف سننا ضروری ہوتا ہے۔ اسی طرح ایسے لمحے بھی آتے

## گفتگو میں تعاون

خوبصورت گفتگو کرنے والے کی یہ ایک اہم خوبی ہوتی ہے کہ وہ اپنی گفتگو کے ذریعے ایسا ماحول پیدا کر دیتا ہے جس میں لوگ رضا کارانہ طور پر



ایک دوسرے سے تعاون کرتے ہیں۔ اگر کوئی شخص اپنی رائے دوسروں پر مسلط کرنے کی کوشش کرتا ہے تو وہ دراصل گفتگو کے عمل میں رکاوٹ کھڑی کرتا ہے۔ اس

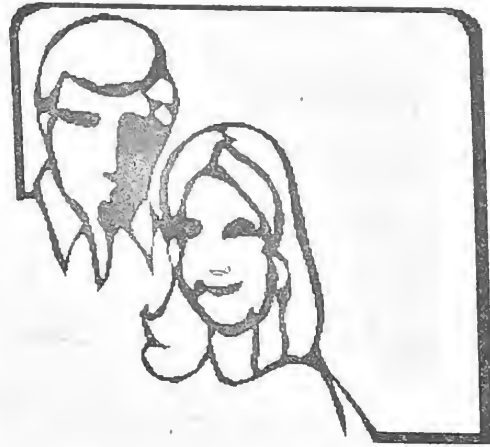
سلسلے کو آگے بڑھانے کے لئے رواداری کو اپنایا جانا چاہئے۔ تاہم رواداری کے جذبے کو محفل میں شریک ہر شخص کو برابر کا وزن دینا ہوگا۔ رواداری اور تعاون کے جذبے کو اپنا کر ہی ہم اپنے لئے اور دوسروں کے لئے گفتگو کو پر لطف بنا سکتے ہیں۔ تعاون کا جذبہ دوسروں کی شخصیات اور آراء کا احترام کرنے سے ہی پیدا ہوتا ہے۔

## گفتگو میں مقصد

گفتگو کے دوران بے ربط جملوں، غیر ضروری اشتغال اور غصے سے گریز کرنا چاہئے۔ بات چیت میں منطقی ربط اور مقصد ہونا چاہئے۔ بات چیت کے موضوع کو اچھی طرح سمجھ کر اس میں شریک ہونا چاہئے۔ اور پھر اپنی طرف سے اس میں کوئی خوبصورت اضافہ کرنا چاہئے۔ بعض لوگ بے مقصد گفتگو کرتے ہیں۔ وہ بھول جاتے ہیں کہ جب وہ کوئی بات شروع کرتے ہیں تو دوسرے اس کی طرف متوجہ ہوتے ہیں اور اس میں اپنا حصہ ڈالنے کے خواہشمند ہوتے ہیں۔ لیکن جب گفتگو شروع کرنے والا شخص گفتگو اچانک ہی ختم کر دیتا ہے تو دوسروں کے لئے مایوسی کا سامان پیدا ہو جاتا ہے اور یوں گفتگو سے جو لطف حاصل کرنا مقصود ہوتا ہے وہ حاصل نہیں ہوتا۔ چنانچہ بات کرنے والے کے لئے ضروری ہے کہ اس کی بات کا کوئی نہ کوئی واضح مقصد ہو۔ چاہے یہ مقصد دوسروں کو اپنی معلومات سے فیض یاب کرنا ہو یا اس کا مقصد دوسروں کو ہنسانا ہو۔ گفتگو کرنے والے کو یہ احساس واضح طور پر ہونا چاہئے کہ وہ اقوام متحدہ کے کسی سنجیدہ اجلاس میں نہیں بلکہ دوستوں کی محفل میں باتیں کر رہا ہے جو باتوں سے تفریح کے حصول کے خواہشمند ہیں۔

## ایک ہونے کا احساس

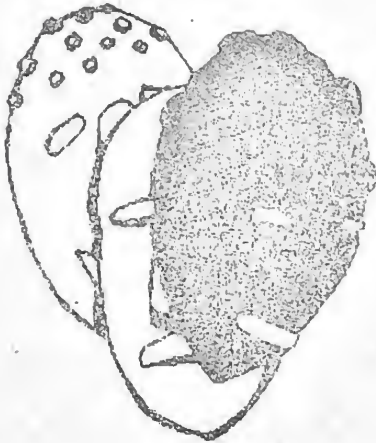
گفتگو میں شریک ہونے والے افراد مختلف عقائد، حیثیت اور پیشے کے حامل ہو سکتے ہیں۔ لیکن بات چیت کے دوران اس سلسلے میں کوئی اختلاف ظاہر نہیں ہونا چاہئے۔ شرکاء کو سب کچھ بھول بھال کر صرف گفتگو میں شریک ہونا



چاہئے۔ اس لئے انہیں ہر ایسے امتیاز کو بالائے طاق رکھ دینا ہوگا جس سے گفتگو کا عمل متاثر ہو سکتا ہے۔ اگر ایسا بے تکلف ماحول پیدا ہو جائے تو کوئی بھی بچہ اپنے سے بڑے شخص سے، غریب آدمی امیر شخص سے اور عام آدمی کسی عالم فاضل شخص سے با آسانی گفتگو کر سکتا ہے۔ اچھی گفتگو کے لئے ضروری ہے کہ محفل میں موجود

ہر شخص کو یہ احساس رہے کہ اسے برابری کی سطح پر لیا جا رہا ہے۔ ایک ہونے کا احساس، تعاون کے احساس سے اس لحاظ سے مختلف ہے کہ تعاون کا مقصد رواداری اور دوسروں کی رائے کا احترام پیدا کرنا ہوتا ہے جبکہ ایک ہونے کا احساس لوگوں کو یہ باور کرانا ہوتا ہے کہ وہ سب ایک جیسی حیثیت اور ذہانت کے حامل ہیں۔

## رکمی اور مصنوعی گفتگو



گفتگو کا بنیادی مقصد مسرت فراہم کرنا ہوتا ہے۔ ایک بار جب بات



چیت کا سلسلہ چل نکلے تو پھر انتہائی سنجیدہ موضوعات بھی دلچسپی اور تفریح فراہم کرنے لگتے ہیں۔ تاہم رسمی اور مصنوعی گفتگو سے گریز ہی کرنا چاہئے کیونکہ ایسی گفتگو حقیقی معنوں میں کھوکھلی اور بے جان ہوتی ہے۔ اس طرح کی گفتگو اونچی سوسائٹی کی عادت ہوتی ہے جہاں محض رسمی طور پر بات چیت کی جاتی ہے۔ اس طرح کی گفتگو کسی کے لئے خوشی اور تفریح کا باعث نہیں ہوتی بلکہ ہر شخص ایسی رسمی گفتگو کرنے والے سے جان چھڑانے کی کوشش کرتا ہے۔ کیونکہ رسمی مصنوعی اور قصص آمیز گفتگو ایک مخصوص قسم کے احساس برتری کے نتیجے میں جنم لیتی ہے۔ بے تکلفی اور خوش دلی سے کی جانے والی حقیقی گفتگو کسی کوشش اور موضوع کا انتخاب کئے بغیر شروع ہو کر آگے کی طرف بڑھتی چلی جاتی ہے۔ اس طرح کی گفتگو میں کوئی بھی شخص یا آسانی حصہ لے سکتا ہے۔ یہ گفتگو پھولوں سے لدے ہوئے باغ کی مانند ہوتی ہے جہاں رنگ ہیں، خوشبو ہے، مسرتیں اور قہقہے ہیں۔

### گفتگو سے معلومات میں اضافہ

سیکھنے کا جذبہ یا مقصد گفتگو کا ایک اہم جزو ہے۔ کوئی شخص کتنا ہی تعلیم یافتہ عالم فاضل اور باصلاحیت کیوں نہ ہو وہ کی جانے والی گفتگو سے کوئی نہ کوئی بات ضرور سیکھتا ہے۔ کیونکہ بات چیت کیسی ہی کیوں نہ ہو اس میں زندگی کے

کسی ایسے پہاڑ کو ضرور اجاگر کیا جا رہا ہوتا ہے جس پر ممکن ہے اس تعلیم یافتہ اور باصلاحیت شخص کی نظر نہ لگے ہو۔ دنیا میں کوئی شخص بھی یہ دعویٰ نہیں کر سکتا کہ وہ



سب کچھ جانتا ہے اور اب اسے مزید کچھ سیکھنے کی ضرورت نہیں ہے۔ ہر شخص کسی نہ کسی اعتبار سے نامکمل ہے۔ چنانچہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ جس طرح سیکھنے کے لئے اور پلیٹ فارم ہو سکتے ہیں اسی طرح گفتگو بھی ایک ایسا پلیٹ فارم ہے جس کے ذریعے بہت سی نئی باتیں معلوم ہوتی ہیں۔

### صحیح سمت میں گفتگو کے لئے

ریڈیو اور ٹیلی ویژن پر جو مذاکرے ہوتے ہیں ان میں تین چار افراد

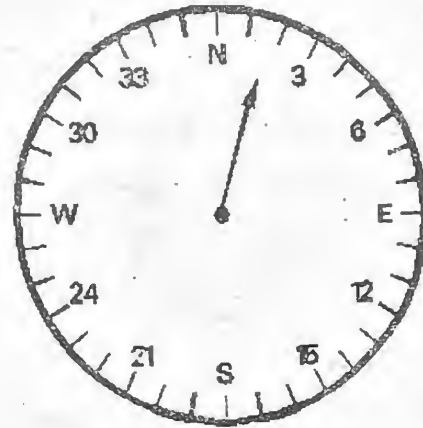
ایسے معاون کی ضرورت پیش آسکتی ہے اور آتی ہے جو مختصر وقت میں بات چیت کے زیادہ سے زیادہ خوشگوار پہلوؤں کو اجاگر کر سکے۔ تاہم ایسے معاون کے لئے ضروری ہے کہ وہ خود بھی گفتگو کی پیش رفت سے اچھی طرح آگاہ ہو اور اسے آگے بڑھانے کے لئے صحیح وقت پر صحیح انداز سے لقمہ دے سکے۔

### دوسروں کو بولنے کا موقع دیں

گفتگو کے اثرات اور ثمرات اس وقت ظاہر ہوتے ہیں جب گفتگو میں شریک افراد کو دوسروں کی موجودگی کا واضح طور پر احساس ہو اور وہ وقت ضائع کئے بغیر دوسروں کی دلچسپی کو ابھارنے کے لئے انہیں بولنے کا موقع دیں۔



حصہ لیتے ہیں۔ ان افراد کے علاوہ ایک اور شخص ہوتا ہے جو ماڈریٹر (Moderator) کہلاتا ہے۔ اس کا فرض یہ ہوتا ہے کہ وہ گفتگو کو مخصوص راستے پر آگے بڑھائے تاکہ اس مذاکرے میں کم سے کم وقت میں متعلقہ موضوع کے زیادہ سے زیادہ پہلوؤں پر غور کیا جاسکے۔ وہ مذاکرے میں شریک افراد سے سوال کرتا ہے۔ گفتگو بکھرنے لگے تو اسے سمیٹتا ہے اور بسا اوقات وہ شرکاء کو لفظوں کے انتخاب اور خیالات کے اظہار میں مدد دیتا ہے۔ اس سارے عمل کی وجہ سے گفتگو کے شرکاء کو ایک طے شدہ وقت میں اپنے خیالات موثر



انداز سے پیش کرنے میں مدد ملتی ہے۔ روزمرہ کی عام بات چیت میں بھی ایک

تاہم گفتگو کے اثر کو مزید بڑھانے کے لئے اور بھی کئی باتیں ہیں جن کا خیال رکھنا ضروری ہوتا ہے۔ ان میں اولین شے ہونے والی گفتگو میں دلچسپی برقرار رکھنا ہے۔ گفتگو کے دوران جو نہی دلچسپی کا عنصر کم ہوتا ہے ویسے ہی گفتگو بے جان ہونے لگتی ہے اور دلچسپی اس وقت تک برقرار رہتی ہے جب محفل میں شریک ہر شخص اس سے مساویانہ طور پر استفادہ کر رہا ہو۔ ایک ذاتی واقعہ یا تجربہ بے جان گفتگو کو جاندار بنا سکتا ہے تاہم یہ واقعہ یا قصہ اس قدر طویل نہیں ہونا چاہئے کہ دوسرے لوگ اکتاہٹ محسوس کرنے لگیں۔ آپ نے بعض ایسے افراد بھی دیکھے ہوں گے جو اپنے لئے غائب کا صیغہ استعمال کر کے اپنے بارے میں باتیں کرتے ہیں۔ ان کی باتوں میں ”نہیں“ کا صیغہ قطعاً موجود نہیں ہوتا لیکن وہ خود کو ایک تیسرا شخص بنا کر پیش کرتے ہیں۔ وہ اپنی کمزوریوں اور خامیوں کا اس طرح ذکر کرتے ہیں جیسے وہ کسی اور شخص کی کمزوریاں اور خامیاں بیان کر رہے ہوں۔

وہ اپنا قصہ بیان کرتے ہوئے پوری طرح غیر جانبداری برتتے ہیں۔ وہ اپنا مذاق خود اڑاتے ہیں۔ اپنی نقل خود پیش کرتے ہیں اور ایسا کرتے ہوئے ہاتھ ہلا بلا کر یا اپنی آواز میں ڈرامے کی سی کیفیت پیدا کر کے محفل پر جادو سا کر دیتے ہیں۔ لوگ ان کی باتیں نہایت ذوق و شوق اور دلچسپی سے سنتے ہیں لیکن اگر وہ بھی اپنے قصوں کو بے جا طور پر طول دینا شروع کر دیں تو پھر لوگ

محسوس کرنے لگیں گے کہ وہ محفل میں شریک دوسرے لوگوں کا بولنے کا حق غصب کر رہے ہیں۔ اس طرح محفل میں ایک عجیب قسم کی بیگانگی کی لہر دوڑ جاتی ہے۔

مختلف مواقع پر مختلف قسم کی گفتگو کی جاتی ہے۔ جو بات چیت دو افراد کے درمیان ہوتی ہے وہ دو سے زیادہ افراد کے درمیان ہونے والی بات چیت سے مختلف ہوتی ہے۔ شادی کی تقریب کے موقع پر کی جانے والی بات چیت سوگوار محفل میں ہونے والی گفتگو سے بالکل مختلف ہوتی ہے۔ اسی طرح موقع کی مناسبت سے ہمارے الفاظ اور ہماری رائے مختلف ہو جاتی ہیں۔

### دو افراد کے درمیان گفتگو

جب دو افراد بات چیت کر رہے ہوتے ہیں تو ان کی بات چیت ذاتی نوعیت کی شمار کی جاتی ہے۔ ان دونوں افراد کے لئے زیادہ دیر تک ایک دوسرے سے لا پرواہ ہو کر گفتگو جاری رکھنا مشکل بات ہوتی ہے۔ اگر ان دونوں افراد میں کسی قسم کے اختلافات ہیں تو پھر گفتگو جاری رہنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اس لئے دو افراد کے درمیان گفتگو کے لئے ضروری ہے کہ ان کے درمیان باہمی دلچسپی کا رشتہ موجود رہے۔ چاہے یہ کاروبار ہو، چاہے ایک دوسرے کے لئے



باعث ہوتا ہے۔  
کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جو دوسرے لوگوں سے محض تفریح طبع،  
معلومات حاصل کرنے یا صرف گپ شپ کے لئے بات چیت کرتے ہیں۔  
اس طرح کی بات چیت کو ہم گفتگو شمار نہیں کر سکتے کیونکہ اس طرح کی بات  
چیت میں دوسرے شخص کو صرف استعمال کیا جا رہا ہوتا ہے۔ گفتگو صرف اسی عمل کو  
کہا جاسکتا ہے جس میں دونوں افراد اپنی بات چیت سے ایک دوسرے کے لئے  
فرحت و شادمانی کا باعث بن رہے ہوں۔

### محفل میں بات چیت

زیادہ لوگوں میں بات چیت کے قواعد و ضوابط مختلف ہوتے ہیں۔  
یہاں یہ بات یاد رکھنا چاہئے کہ محفل میں جو بات چیت کی جاتی ہے وہی گفتگو  
کے فن کا معیار قرار دی جاسکتی ہے۔

جب تک کوئی شخص لوگوں کے گروپ میں رہ کر اچھی گفتگو کرنے کا  
اہل نہیں ہو جاتا اسے گفتگو کرنے کا ماہر نہیں کہا جاسکتا۔ دو طرفہ بات چیت تو ایک  
نہایت شرمیلا شخص بھی کر سکتا ہے لیکن ہو سکتا ہے کہ محفل میں شریک ہونے کے  
بعد وہ شخص ہونٹ سی لے۔ اجتماعی بات چیت کا اصل جوہر خود اعتمادی ہے۔ یہ

خیر اور الفت کا جذبہ ہو یا پھر کوئی ایسا خطرہ ہو جو ان دونوں کو پیش آ سکتا ہو۔



طرح کے موقع پر گفتگو کو کامیاب بنانے کے لئے ضروری ہے کہ دونوں افراد میں  
خلوص و الفت کے یکساں جذبات پائے جاتے ہوں۔ اس طرح کے جذبات کا  
اظہار ان کی حرکات و سکنات سے ہوتا ہے اور یہی وہ بنیاد ہے جس پر ان کے  
درمیان بات چیت کا عمل جاری رہتا ہے۔ اکثر و بیشتر یہ ایک دوسرے پر اعتماد  
اور خیر سگالی کے جذبے کا اظہار ہوتا ہے جو دو افراد میں بات چیت کے تسلسل کا

خود اعتمادی اس وقت پیدا ہوتی ہے جب آپ کسی ایسی محفل میں شریک ہوں جس کے ارکان ایک دوسرے سے آشنا ہوں۔ اس کے مقابلے میں اگر محفل میں ایسے لوگ موجود ہوں جن سے آپ کی شناسائی نہیں ہے تو اجنبیت کا یہ احساس



گفتگو کے عمل کو متاثر کر سکتا ہے۔ شناسا لوگوں کی محفل میں بات چیت کا عمل خوش اسلوبی سے بغیر کسی کوشش کے جاری رہتا ہے۔ تاہم اجنبی لوگوں کی محفل میں لوگ اگر ایک دوسرے کے لئے رواداری، احترام اور حوصلہ افزائی کے جذبے کا اظہار کریں تو بات چیت جاری رکھنے میں کوئی دشواری پیش نہیں آئے گی۔ اجنبی لوگوں کی محفل میں ایک مختلف قسم کے طرز عمل کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسی محفلیں میں ابتدائی طور پر کچھ وقت ایک دوسرے سے شناسائی

پیدا کرنے میں صرف کرنا پڑتا ہے۔

تفریحی پارٹیوں میں گفتگو

تفریحی پارٹی میں جو گفتگو کی جاتی ہے اس کا بنیادی مقصد لطف اندوزی ہوتا ہے۔ پارٹی میں شرکت کرنے والے لوگوں کو ہر قسم کے تفکرات بالائے طاق رکھ کر محض تفریح طبع کے لئے بات چیت کرنی چاہئے کیونکہ پارٹی کا



بنیادی مقصد بھی یہی ہوتا ہے۔ اس طرح کی گفتگو کے لئے کوئی مخصوص ضابطہ تو نہیں ہوتا لیکن ایک رہنما اصول یہ ضرور ہوتا ہے کہ کچھ کہئے اور کچھ سنئے۔ پارٹی

کے دوران کی جانے والی گفتگو ذاتی نوعیت کی نہیں ہونی چاہئے ورنہ گفتگو ہر کرنے لگے گی۔ پارٹی میں کی جانے والی گفتگو میں لطائف اور خوشگوار واقعات کی آمیزش ہونی چاہئے۔ اس موقع پر کوئی بھی ایسی بات کی جاسکتی ہے جو شائستگی، تہذیب اور اچھے طرز عمل کی آئینہ دار ہو۔

یہ کہنے کی ضرورت نہیں ہے کہ پارٹی میں گفتگو ہلکی پھلکی اور عام دلچسپی کے موضوعات پر ہونی چاہئے۔

### کاروباری گفتگو

کاروباری دنیا ذاتی دوستوں کی محفل سے ایک بالکل مختلف دنیا ہے۔ کاروبار کی دنیا میں مقابلے کی جو فضاء پائی جاتی ہے اس کی وجہ سے قدرتی سی بات ہے کہ لوگ ایک دوسرے کو شک کی نظر سے دیکھتے ہیں۔ اس کا سبب یہ ہے کہ کاروبار کی دنیا میں یہ اصول رائج ہے کہ دھوکہ دیا دھوکہ کھاؤ۔ تاہم ہمیشہ ایسا ہوتا نہیں ہے۔ لیکن خدشے اور اندیشے بہر حال موجود رہتے ہیں۔ کاروباری دنیا میں لوگ اس بات سے ڈرتے ہیں کہ کہیں دوسرا شخص انہیں دھوکہ نہ دے رہا ہو۔ یہی وجہ ہے کہ کاروباری افراد ایک دوسرے سے باتیں کرتے ہوئے احتیاط کا دامن نہیں چھوڑتے۔ لیکن ایسے کاروباری افراد بھی پائے جاتے ہیں جو آپس

میں بے تکلف دوست ہوتے ہیں۔ لہذا ان کی بات چیت میں اخلاص اور نیک نیتی شامل ہوتی ہے۔ یہ بات یاد رہے کہ دنیا بھر میں کی جانے والی تجارت اور کاروبار ایک دوسرے پر اعتماد کی بنیاد پر کیا جاتا ہے۔ اس لئے بے تکلفی اور اخلاص بہت ضروری ہے۔



خیر سگالی اور اچھی شہرت بنک بیلنس (Bank Balance) سے زیادہ اہمیت رکھتی ہے۔ بے تکلفی اور کاروبار لازم و ملزوم ہیں تاہم یہ صورتحال دونوں جانب پائی جانی چاہئے۔ کاروبار میں وقت کی بہت اہمیت ہوتی ہے اس لئے کاروباری بات چیت مختصر اور دو ٹوک ہونی چاہئے۔ ایک ہی بات کو بار بار



دوہرانے سے گریز کیا جانا چاہئے۔ تاہم اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ بات چیت میں کسی قسم کی شائستگی کا شائبہ بھی نہ گذرے۔ اگر بات چیت بہت مختصر اور دو ٹوک ہوگی تو اس پر حکم کا گمان گزر سکتا ہے۔ اس لئے کاروباری بات چیت کرتے ہوئے اختصار کا خیال ضرور رکھا جائے لیکن اس میں خوشگواریت کا عنصر ضرور رہنا چاہئے۔ کامیاب کاروباری انسان وہ ہوتا ہے جو اپنا نقطہ نظر دوسرے شخص کو مشتمل کئے بغیر منوانے کا ہنر جانتا ہے۔ ایک اور بات یاد رکھنے کی ہے کہ کاروباری بات چیت ذاتی بات چیت سے مختلف ہوتی ہے۔ اگر کوئی کاروباری سودا طے نہیں پاتا تو آپ کے رویے پر سرد مہری اور اختلاف کا گمان نہیں ہونا چاہئے۔

### سوغوار اور سنجیدہ مواقع پر بات چیت



ہماری زندگی میں ایسے لمحے بھی آتے ہیں جب ہمیں ایسے مواقع پر

گفتگو کرنی پڑتی ہے جو سوغوار ماحول کے پیدا کردہ ہوتے ہیں۔ ایسے مواقع پر ہمیں بہت احتیاط کرنی چاہئے کیونکہ ان مواقع پر لوگ ایک مخصوص قسم کا موڈ لئے ہوتے ہیں اور اگر ہم اس سوغوار ماحول کا خیال کئے بغیر بات چیت کریں گے تو ہمیں لوگوں کی ناگوار نظروں اور باتوں کا سامنا کرنا پڑے گا۔ آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ سوگ میں ڈوبے ہوئے ماحول میں لوگ کاروباری نوعیت کی گفتگو کر رہے ہوتے ہیں۔

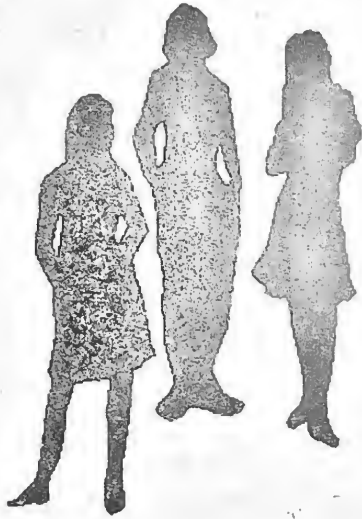
ایسے مواقع پر لوگ یہ محسوس نہیں کرتے کہ ان کی اس غیر متعلق گفتگو سے سوغوار افراد پر کیا گزرتی ہوگی۔ اسی طرح عبادت گاہوں میں بیٹھ کر ماحول کی مناسبت سے طرز عمل اختیار کرنا پڑتا ہے۔ اگر کوئی شخص مسجد یا عبادت گاہ میں قہقہہ بلند کرتا ہے تو لوگ اسے عجیب نظروں سے دیکھتے ہیں۔ اور ان کا اس طرح دیکھنا ہی قہقہہ لگانے والے کو شرمندگی کے احساس میں مبتلا کرنے کے لئے کافی ہوتا ہے۔

### تفریحی مواقع پر گفتگو

ہلکی پھلکی صورتحال میں ہلکی پھلکی گفتگو مزہ دیتی ہے۔ اس موقع پر ہنسنا، 'بولنا'، چھیڑ چھاڑ اور چھوٹے موٹے لطیفے ماحول کو خوشگوار بنا دیتے ہیں۔ اس طرح کے خوشگوار ماحول میں ہمیں اپنے روزمرہ کے معاملات بھول کر صرف یہ

## آسان اور مشکل مواقع پر گفتگو

مشکل مواقع پر گفتگو کا تسلسل جاری رکھنا اس وجہ سے مشکل ہوتا ہے کہ دونوں فریق یا گروہ ایک دوسرے سے تعاون نہ کرنے کا ارادہ کئے ہوتے ہیں۔ جس کی وجہ سے گفتگو کا جاری رہنا ذرا مشکل ہو جاتا ہے۔ تاہم آسان



مواقع پر ایسا نہیں ہوتا لیکن اس سے یہ نہیں سمجھ لینا چاہئے کہ آسان مواقع پر گفتگو کرنا کوئی آسان کام ہے۔ جس محفل میں کسی قسم کی کوئی پابندی عائد نہ ہو اور جہاں لوگ

یاد رکھنا ہوتا ہے کہ ہم کسی شادی کی تقریب، کسی پارٹی یا پکنک پارٹی میں شریک



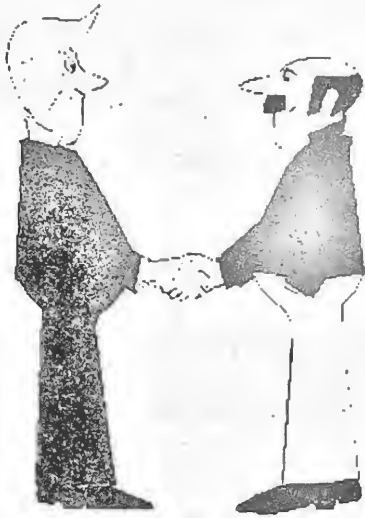
ہیں جس کی خوشگواریت کو بڑھانے کے لئے ہمیں بھی اپنا کردار ادا کرنا ہے۔ ایسے مواقع پر طویل قصے یا مباحثے سے گریز کرنا چاہئے۔ اگر کوئی شخص اس موقع کو نظر انداز کرتے ہوئے کوئی طویل قصہ کہانی شروع کرتا ہے تو اس شخص کے بارے میں احساسات کا انداز لوگوں کی حرکات و سکنات سے با آسانی لگایا جاسکتا ہے۔

جس طرح چاہیں اپنی رائے اور اپنے خیالات کا اظہار کر سکتے ہوں وہاں بات کرنا تو آسان ہوتی ہے لیکن اس طرح کی محفل کا ایک نقصان یہ ہوتا ہے کہ بعض اوقات کوئی شخص بغیر سوچے سمجھے ایسی بات کہہ دیتا ہے جس سے دوسرا شخص آسانی سے ناراض یا مشتعل ہو سکتا ہے۔ اس کے مقابلے میں مشکل صورتحال میں گفتگو کا مطلب یہ ہے کہ ایسی صورتحال میں جو گفتگو ہو رہی ہوتی ہے اس کے بارے میں گفتگو میں شریک سب لوگ جانتے ہیں کہ ان کا سننے والا ان کا حریف ہے جو کسی بات پر یک دم مشتعل بھی ہو سکتا ہے۔ اس لئے اس طرح کی گفتگو میں بات بہت سوچ سمجھ کر کی جاتی ہے کیونکہ بات کرنے والے کا مقصد گفتگو برائے گفتگو نہیں ہوتا اور نہ وہ بات چیت کو خوشگوار بنانے کی کوشش کر رہا ہوتا ہے۔ وہ تو محض ایک مشکل صورتحال سے نمٹ رہا ہوتا ہے۔ کاروبار اور ذاتی نوعیت کی سخت قسم کی گفتگو اسی ذیل میں آتی ہے۔

اس طرح کی صورتحال سے کیسے نمٹا جائے اس کا انحصار بات چیت کرنے والے شخص کی مہارت پر ہوتا ہے تاہم اگر اس سلسلے میں چند شرائط پوری کر دی جائیں تو اس صورتحال سے کامیابی سے نمٹا جاسکتا ہے۔ پہلی شرط یہ ہے کہ دماغ کو ٹھنڈا رکھئے یعنی غصہ میں نہ آئیے۔ اور متاثرہ فریق کو اپنے دل کا بوجھ ہلکا کرنے دیجئے۔ کیونکہ ایک شخص جب اپنی حقیقی یا خیالی شکایات کا اظہار کر لیتا ہے تو وہ آپ کی بات سننے کی طرف با آسانی مائل ہو جاتا ہے۔

### دوستانہ گفتگو

دوستانہ گفتگو سب سے آسان ہوتی ہے کیونکہ اس میں صرف وہ لوگ شریک ہوتے ہیں جو ایک دوسرے کے لئے رواداری، محبت اور احترام کے



جذبات رکھتے ہیں۔ اور جو برسوں سے ایک دوسرے کو جانتے ہیں۔ ان کی دلچسپیاں مختلف ہو سکتی ہیں، ان کی ذہانت کی سطحیں مختلف ہو سکتی ہیں لیکن ایک چیز



جوان میں مشترک ہوتی ہے وہ طویل عرصے کی رفاقت ہوتی ہے اور یہی رفاقت ان میں ایک دوسرے کی بات سننے اور برداشت کرنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہے۔ تاہم دوستوں کے درمیان بات چیت کا یہ مطلب نہیں ہے کہ زبان کی باگ کھلی چھوڑ دی جائے اور جودل میں آتا ہے اسے لفظوں کی صورت دے کر دوستوں کے سامنے پیش کر دیا جائے۔ دوستوں کی محفل میں یہ سب کچھ گوارہ کیا جاسکتا ہے لیکن اس سے ان کے ذہنوں میں جو تاثر قائم ہوتا ہے وہ کوئی زیادہ خوشگوار نہیں ہوتا۔ اس کے علاوہ بدزبانی کرنے والے کی ساکھ پر بھی برا اثر پڑتا ہے۔ چنانچہ دوستوں کی محفل میں بھی گفتگو کرتے ہوئے احتیاط کا دامن نہیں چھوڑنا چاہئے۔

### شناسا افراد کی گفتگو

اپنی روزمرہ کی زندگی میں ہم بے شمار لوگوں سے ملاقات کرتے ہیں لیکن ان میں سے ہر شخص ہمارا دوست نہیں ہو سکتا۔ بعض لوگوں سے سر راہ اتفاقہ تعارف ہو جاتا ہے، بعض لوگوں سے یونہی کسی پارٹی یا کسی دوست کے گھر ملاقات ہو جاتی ہے۔ یہ سب لوگ شناسا افراد میں شمار کئے جاتے ہیں۔ شناسائی گہری دوستی میں بھی تبدیل ہو سکتی ہے لیکن یہ تعلق زیادہ تر شناسائی تک ہی محدود رہتا ہے۔ جن لوگوں سے محض شناسائی کی حد تک تعلق ہو ان لوگوں سے کی

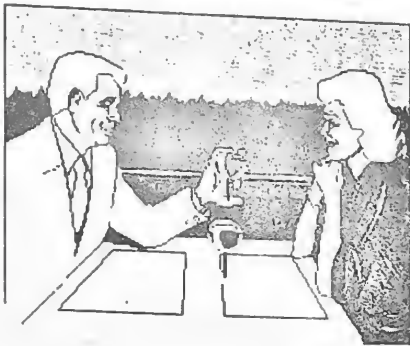
جانے والی گفتگو کے بھی چند ضابطے اور آداب ہوتے ہیں۔



ایسے لوگوں سے ذاتی نوعیت کی گفتگو کے سوا ہم ہر موضوع پر گفتگو کر سکتے ہیں لیکن موضوعات کے انتخاب میں بہر حال احتیاط برتی جانی چاہئے۔ ہم ایسے لوگوں سے اپنے گھریلو مسائل پر بات چیت نہیں کر سکتے۔ اسی طرح ان کے ذاتی مسائل پر بھی بات چیت نہیں کرنی چاہئے۔ رسمی ملاقاتوں میں کی جانے والی گفتگو کا مقصد وقت گزارنا ہوتا ہے۔ اس لئے کوشش کی جائے کہ اس موقع پر ہلکی پھلکی گفتگو کی جائے جس میں ہلکے پھلکے مزاح کی چاشنی موجود ہو۔

ملنے وقت بے جا نفرت اور سخت رویہ بھی نہیں اپنانا چاہئے۔ اگر آپ چند لمحے کے لئے اچھے موڈ کے ساتھ اچھے انداز سے بات چیت کرتے ہیں تو اس پر کوئی خرچ نہیں آتا بلکہ یہ ہو سکتا ہے کہ آپ اس اجنبی کے ذہن میں ہمیشہ ایک خوشگوار یاد کی طرح موجود رہیں۔ تاہم بہت زیادہ بے تکلفی اجنبی کے ذہن میں شکوک پیدا کر سکتی ہے۔ اسی طرح بہت زیادہ لئے دینے رہنے سے وہ اجنبی شخص بات چیت کی طرف کم مائل ہوگا۔ اس لئے ضروری ہے کہ متوازن اور معتدل رویہ اپنایا جائے۔

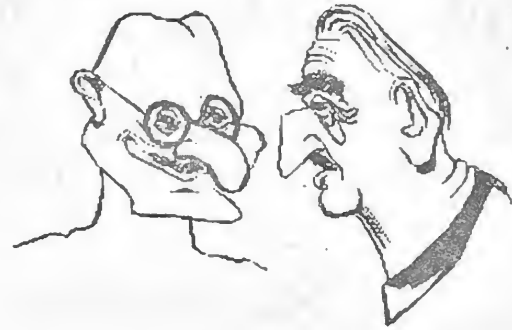
میزبانوں اور مہمانوں کے درمیان گفتگو



اپنی روزمرہ کی زندگی میں کبھی ہم میزبان کا کردار ادا کرتے ہیں اور کبھی مہمان کا۔ میزبان کو یہ بات یاد رکھنی چاہئے کہ وہ ان لوگوں کی توجہ کا مرکز ہے جو

اجنبی لوگوں سے گفتگو

اس میں کوئی شک نہیں کہ اجنبی لوگوں سے گفتگو کرنا بہت ہی آسان اور خوشگوار عمل ہوتا ہے کیونکہ اجنبی لوگوں سے گفتگو کرتے وقت ہم اپنی بہت سی نفسیاتی مجبوریوں کو خیر آباد کہہ دیتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ہم ان سے زیادہ بے



تکلفی سے بات چیت کر لیتے ہیں۔ اکثر اجنبی جگہوں پر جانے والے لوگ یہ بات اچھی طرح جانتے ہیں کہ انہیں اجنبی لوگوں سے گفتگو کرتے ہوئے کسی قسم کی کوئی دشواری نہیں ہوتی۔ تاہم اجنبی لوگوں سے بات چیت کرتے ہوئے متوازن طرز عمل اختیار کرنا چاہئے اور یہ سوچ کر احتیاط کا دامن ہاتھ سے نہیں چھوڑ دینا چاہئے کہ اب اس شخص سے دوبارہ ملاقات کا کوئی امکان نہیں ہے۔ اسی طرح اجنبی سے

## عورت اور مرد میں گفتگو



جب گفتگو کرنے والا مرد اور عورت ہو تو پھر انہیں خاص قسم کا نظم و ضبط اپنانا پڑتا ہے۔ مرد مردوں میں بیٹھ کر جس طرح کی گفتگو کرتے ہیں ویسی گفتگو وہ عورتوں کے ساتھ نہیں کر سکتے۔ اسی طرح عورتیں بھی مخالف جنس کے ساتھ بات چیت میں احتیاط برتی ہیں۔

## عورتوں کی محفل میں گفتگو

عورتوں کی موجودگی میں فنش حرکات، عامیانہ زبان اور گالم گلوچ سے

اس کے گھر میں مہمان کی حیثیت سے آئے ہوئے ہیں۔ اسی طرح مہمانوں کو یہ نہیں بھولنا چاہئے کہ آج وہ کسی گھر میں مہمان کی حیثیت سے موجود ہیں تو کل انہیں خود میزبان کا کردار ادا کرنا پڑ سکتا ہے۔ مہمان کی حیثیت سے لوگوں کو غیر ذمہ دارانہ رویے، ناشائستہ گفتگو، فنش لطائف سے گریز کرنا چاہئے اور نہ ہی اپنے کسی ساتھی کو مذاق کا نشانہ بنانا چاہئے۔ میزبان کو یہ حق از خود مل جاتا ہے کہ وہ گفتگو میں زیادہ کردار ادا کرے۔ جبکہ مہمانوں کے لئے ضروری ہے کہ وہ میزبان کے اس حق کو بغیر کسی مزاحمت کے تسلیم کر لیں۔ ایک اچھا میزبان ہونے والی گفتگو میں معاون یا ماڈریٹر کا کردار ادا کرتا ہے۔ جہاں بات چیت کا سلسلہ رکنے لگتا ہے وہ ایک چھوٹے سے جملے سے بات چیت کو آگے بڑھا دیتا ہے۔ اور یوں یہ سلسلہ چلتا رہتا ہے۔ اور ملاقات کے دوران خاموشی کے ناگوار وقفے نہیں آتے۔

سماجی میل جول ہماری روزمرہ زندگی کا ایک ناگزیر حصہ ہے۔ ہم تنہا نہیں رہ سکتے۔ ایک مشہور قول ہے کہ ”ہم رشتہ داروں کے بغیر تو رہ سکتے ہیں لیکن ہمسائے کے بغیر نہیں رہ سکتے“۔ کہنا صرف یہ ہے کہ چونکہ ہمیں لوگوں سے میل جول رکھنا پڑتا ہے اس لئے ہمارا رویہ اور گفتگو ایسی ہونی چاہئے جو ہمارے اپنے لئے بھی خوشگوار ثابت ہو۔



فلسفیانہ موضوعات کے مقابلے میں ہلکی پھلکی گفتگو پسند کرتی ہیں جس میں لطائف اور چٹکے شامل ہوں۔ اس کا سبب یہ ہے کہ عورت فطری طور پر نازک احساسات رکھتی ہے۔ وہ تشدد اور لڑائی جھگڑے سے نفرت کرتی ہے۔

اس لئے فطری طور پر ان کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ محفل میں موجود ہر شخص لطیف اور ہلکی پھلکی گفتگو کر کے محفل کی خوبصورتی میں اضافہ کرے۔ وہ لطیفوں اور چٹکوں کو پسند کرتی ہیں لیکن اس کا یہ مطلب نہیں کہ مرد حضرات لطیفے کی آڑ میں فحش گوئی پر اتر آئیں۔ مردوں کو یہ بات سمجھ لینی چاہئے کہ عورتیں محفل میں خوشگوار اور خوش کن پیش رفت کی ذمہ داری مردوں کو سونپ دیتی ہیں۔ چنانچہ محفل کو پر لطف اور فرحت بخش بنانا مردوں کا فریضہ ہے۔ یہ ضرور ہے کہ باتوں میں مزاح پیدا کرنا ایک پیدائشی صلاحیت ہے لیکن ہلکی پھلکی گفتگو پر کسی کی کوئی اجارہ داری نہیں۔ مرد حضرات ذرا سی پریکٹس سے یہ بات جان سکتے ہیں کہ ہلکی پھلکی پر لطف گفتگو کیسے کی جاسکتی ہے۔

### گفتگو کو آگے بڑھانا

گفتگو دراصل ایک مشترکہ کوشش ہوتی ہے جس میں ہم لفظوں اور خیالات کے ذریعے شرکت کرتے ہیں اور جسے موضوعات کے ذریعے آگے

گریز کرنا چاہئے اور ان کی موجودگی میں مہذب اور شائستہ زبان استعمال کرنی چاہئے۔ چونکہ دونوں اصناف یعنی مرد اور عورت جب آپس میں ملتے ہیں تو لاشعوری طور پر مقابلے کی فضاء بن جاتی ہے جس میں دونوں فریق ایک دوسرے



کو متاثر کرنے کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں۔ مہذب اور شائستہ زبان مخالف فریق پر خوشگوار اثر چھوڑتی ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ عورتیں مشکل اور بہت

بڑھاتے ہیں۔ گفتگو کے عمل کو کامیاب بنانے کے لئے ضروری ہے کہ اس میں شریک لوگوں میں بات چیت کے عمل کو آگے بڑھانے کی صلاحیت ہو۔ ان کے



پاس ایسے موضوعات وافر طور پر موجود ہوں جن پر بحث یا بات چیت کی جاسکتی ہو۔ اس کے علاوہ وہ یہ مہارت بھی رکھتے ہوں کہ گفتگو کو ایک سے دوسرے موضوع پر بغیر کسی واضح احساس کے جاری رکھ سکتے ہوں اور بات میں سے بات نکالتے چلے جائیں۔

### موضوعات

اگر گفتگو میں شریک افراد مشترکہ پس منظر رکھتے ہوں اور ذہانت کی ایک جیسی سطح رکھتے ہوں تو پھر خیالات کے تبادلے میں آسانی رہتی ہے اور موضوعات تلاش کرنے میں زیادہ دشواری پیش نہیں آتی۔ اس طرح کی بے تکلف محفل میں نہ تو الفاظ تلاش کرنے پڑتے ہیں اور نہ موضوعات، بلکہ یہ دونوں عمل بغیر کسی کوشش کے خود بخود ہوتے چلے جاتے ہیں۔ ان میں ایک سے دوسرے موضوع پر گفتگو ہوتی چلی جاتی ہے۔ ابھی طیارہ اغواء کرنے کے واقعے پر بات ہو رہی ہے تو چند لمحے بعد جرائم اور معاشرے پر ان کے اثرات پر باتیں شروع ہو جاتی ہیں۔ جرائم کے اثرات پر سے ہوتی ہوئی تعلیم کے موضوع پر خیال آرائیاں شروع ہو جاتی ہیں اور یوں ان کی گفتگو میں موضوعات خود بخود آتے چلے جاتے ہیں۔ محفل میں موجود لوگ جس استعداد اور قابلیت کے حامل ہوتے ہیں اسی معیار کے مطابق ان موضوعات پر ان کی رائے ہوتی ہے۔ لیکن یہ بے تکلف گفتگو ہوتی ہے۔ اس میں کوئی کسی کی رائے کا مذاق نہیں اڑاتا۔ اور تمام لوگ سنجیدگی سے اس میں اپنا حصہ ڈالتے ہیں اور یکساں طور پر اس سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔

## خیالات کا تبادلہ

جب کسی موضوع پر بحث شروع ہو جاتی ہے تو اسے بہترین طریقے سے انجام تک پہنچانے کے لئے ضروری ہے کہ محفل میں موجود تمام افراد اس



موضوع پر وسیع تر انداز سے اپنی اپنی رائے کا اظہار کریں۔ اس موقع پر جب کسی موضوع پر خیالات کا تبادلہ کیا جا رہا ہو تو ایسے موقع پر طویل کہانیاں اور قصے سننے کا عمل دوسرے لوگوں میں اکتاہٹ اور بوریٹ کا احساس پیدا کر دیتا

ہے۔ اس لئے ان مواقع پر قصے کہانیوں سے گریز کرنا ہی بہتر ہوتا ہے۔ بات ہو رہی ہو کہ حادثے کیوں ہوتے ہیں اور ان کا سد باب کس طرح کیا جاسکتا ہے۔ اگر اس موقع پر کوئی شخص کسی حادثے کی تفصیلات سننا شروع کر دے تو لوگ اس لمبی کہانی سے بیزار ہو جائیں گے۔

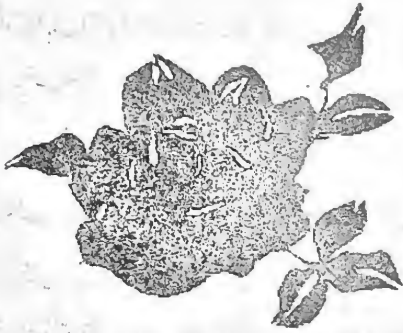
خیالات کے تبادلے کے دوران تعاون کی فضاء قائم رکھنا بہت ضروری ہوتا ہے۔ تنقید اور جوابی تنقید کو حوصلے اور کھلے دل سے برداشت کرنا چاہئے۔ یہ بات بالکل غیر اہم ہے کہ آپ کے خیالات یا رائے قبول کی جا رہی ہے یا رد کی جا رہی ہیں۔ اہم بات یہ ہے کہ گفتگو کا سلسلہ کسی شخص کو ناراض کئے بغیر جاری رہے اور زیر بحث موضوع کے مختلف پہلوؤں اور گوشے لوگوں کے سامنے آتے رہیں۔

## موضوعات کی تبدیلی

جب کوئی گفتگو شروع ہوتی ہے تو اس میں مختلف قسم کے موضوعات آتے چلے جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر اگر موضوع ”جنگ“ ہو تو کچھ دیر کے بعد جنگ کے نتیجے میں بڑے پیمانے پر ہونے والے جانی نقصان پر بات شروع ہو جاتی ہے پھر جنگ سے ہونے والے مالی نقصان پر خیال آرائی شروع ہو جاتی

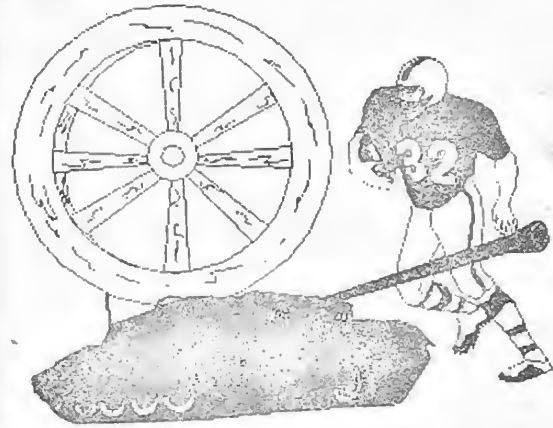
اچھی گفتگو کیسے کی جائے؟

باتیں تو ہر شخص کر سکتا ہے۔ خاص طور پر جب ماحول خوشگوار ہو اور محفل خوب زوروں پر ہو تو باتیں کرنا مشکل نہیں ہوتا لیکن محض باتیں کرنے کے



عمل کو گفتگو نہیں کہا جاسکتا۔ اچھی گفتگو کرنا تو ایک بالکل مختلف عمل ہوتا ہے۔ یہ کہنا بھی غلط ہوگا کہ ایک اچھی گفتگو کرنے والا اپنے سامعین کو مسحور کر دیتا ہے اور جب تک وہ بولتا رہتا ہے لوگ اسے پوری توجہ سے سنتے چلے جاتے ہیں۔ کوئی شخص اس کی گفتگو میں مداخلت نہیں کرتا۔ یہ شخص ایک اچھا مقرر تو ہو سکتا ہے

ہے۔ اس طرح بات چیت کا سلسلہ چلتا رہتا ہے۔ یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ ہر موضوع اپنے منطقی انجام پر پہنچنے کے کسی نئے موضوع کو جنم دیتا ہے اور یوں بات



سے بات اور موضوع سے موضوع نکلتا چلا جاتا ہے۔ دوستوں کی محفل میں کوئی نہ کوئی شخص ایسا ضرور ہوتا ہے جو ماڈریٹر جیسی خصوصیات رکھتا ہے اور جب کسی موضوع پر بات بن نہ رہی ہو تو پھر اس ماڈریٹر کی ذمہ داری ہو جاتی ہے کہ وہ موضوع کو آگے بڑھائے۔ ایسے موضوعات سے گریز کرنا چاہئے جو متنازعہ اور اختلافی ہوں یا جن پر بحث کے نتیجے میں تلخی جنم لے سکتی ہے۔



لیکن ایک اچھا گفتگو کرنے والا ہرگز نہیں کیونکہ ایک اچھا گفتگو کرنے والا شخص دوسروں کو خاموش نہیں کرتا بلکہ انہیں گفتگو میں شرکت پر اکساتا ہے۔ اچھی گفتگو کی خصوصیات درج ذیل ہیں:

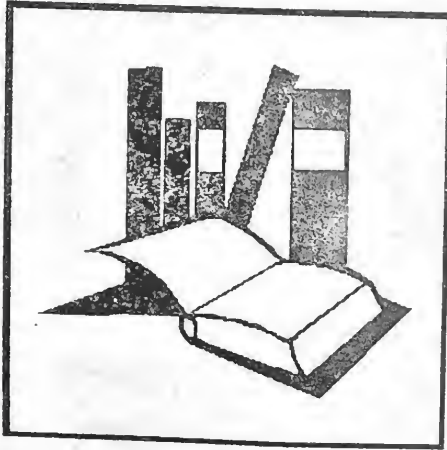
### الفاظ کا انتخاب

گفتگو کا ایک اہم جز الفاظ ہوتے ہیں۔ اس لئے ہمیں الفاظ کے انتخاب اور معیار پر خصوصی توجہ دینی چاہئے۔ اگر ہم الفاظ کے معیار پر توجہ نہیں دیتے تو ہماری گفتگو بہتر ہونے کا کم امکان ہے۔

بے تکلف دوستوں کے درمیان ہونے والی گفتگو میں تو الفاظ کے معیار پر زیادہ توجہ نہیں دی جاتی لیکن جب ہمیں مختلف لوگوں کے حلقوں سے بات چیت کرنے کا موقع ملتا ہے تو یہ خامی پوری طرح کھل کر سامنے آ جاتی ہے۔ محدود حلقے میں رہنے والے لوگوں کے الفاظ کا ذخیرہ بھی محدود ہوتا چلا جاتا ہے جس کا نقصان یہ ہوتا ہے کہ جب انہیں اس حلقے سے ہٹ کر دوسرے لوگوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو ان کی گفتگو ماند پڑ جاتی ہے۔ معیاری اور متنوع الفاظ پر مبنی گفتگو کرنے والا شخص با آسانی کسی بھی شخص سے کسی بھی قسم کی صورتحال میں اعتماد کے ساتھ گفتگو کر سکتا ہے۔

### آسان الفاظ کا انتخاب

اچھی گفتگو کرنے والا شخص شعوری اور لاشعوری طور پر اپنی بات چیت میں ایسے الفاظ منتخب کرتا ہے جن کو لوگ آسانی سے سمجھ لیتے ہیں۔ جب لوگ کوئی



بات آسانی سے سمجھ لیں تو وہ اس کا جواب بھی دیتے ہیں جس سے بات چیت کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔

غیر ملکی سفر سے واپس آنے والے شخص کے ارد گرد لوگ اکٹھے ہو جاتے ہیں تاکہ اس کی مہمات اور تجربات کے بارے میں معلومات حاصل کی جائیں۔ جو شخص غیر ملکی سفر سے لوٹا ہے وہ کوشش کرتا ہے کہ سامعین کو اپنے سفر کے دلچسپ واقعات اور تجربات سنائے تاکہ وہ اس داستان سے مسرت اور لطف حاصل کر سکیں۔ اس محفل میں ہونے والی بات چیت، گفتگو کے زمرے میں نہیں آتی کیونکہ یہ تمام تر بات چیت یکطرفہ ہے۔ اس میں کچھ کہنے اور کچھ سننے والا اصول کارفرما نہیں ہوتا۔ لیکن اس محفل میں شریک کوئی اور شخص اس سیاح سے غیر ملکی سفر کے بارے میں کوئی سوال کرتا ہے اور اپنی پہلے سے حاصل کردہ معلومات پیش کرتا ہے تو پھر یہی بات چیت گفتگو میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ کیونکہ اس میں ایک سے زیادہ افراد شریک ہو جاتے ہیں۔

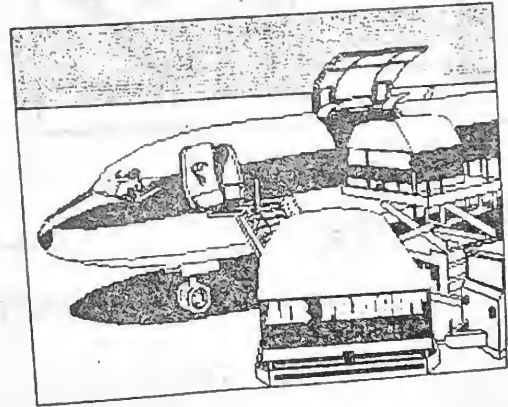
یاد رکھنے کی بات ہے کہ گفتگو اس بات چیت کو کہا جائے گا جو بے ساختہ شروع ہو کر آگے کی طرف بڑھتی رہتی ہے۔ تفریحی پارٹی کے موقع پر جو گفتگو کی جاتی ہے وہ اس کی بہترین مثال ہے۔ اسی طرح سوگوار محفل یا مذہبی اجتماع میں جو بات چیت کی جاتی ہے وہ بھی گفتگو کے زمرے میں نہیں آتی۔ کیونکہ وہ لطف کے احساس بے ساختگی اور بے تکلفی سے خالی ہوتی ہے۔

## اختصار گفتگو کا حسن

اختصار کو گفتگو کا حسن کہا جاتا ہے۔ گفتگو میں اختصار اس وقت آتا ہے جب کوئی شخص اس صورتحال کو پوری طرح سمجھ لیتا ہے جس میں وہ گفتگو کی جا رہی ہوتی ہے۔ مختصر جملے کا خاص اثر ہوتا ہے اور مختصر جملے استعمال کرنے میں مہارت حاصل کرنے کے لئے کوشش اور پریکٹس بہت ضروری ہے۔

## گفتگو اور مختلف اقسام کی بات چیت میں فرق

پیشہ ورانہ اور سرکاری مذاکرات کے علاوہ مختلف قسم کی بات چیت گفتگو کے زمرے میں نہیں آتی۔



## گپ شپ اور غیبت

تمام حلقوں میں گپ شپ کو زیادہ پسند نہیں کیا جاتا کیونکہ اس قسم کی بات چیت میں زیادہ تر ایسے افراد کے بارے میں باتیں ہوتی ہیں جو موجود نہیں ہوتے۔ ان کی خامیوں اور خرابیوں کا خوب مزے لے لے کر ذکر کیا جاتا ہے۔ اگرچہ اس گپ شپ میں بھی معلومات کی فراہمی کا عنصر شامل ہوتا ہے لیکن ان معلومات میں گپ شپ کرنے والا اپنی طرف سے بھی زیب داستان کے لئے بہت کچھ بڑھا دیتا ہے۔ اس لئے گپ شپ اور غیبت کو گفتگو کی بدترین قسم شمار کیا جاتا ہے۔

## واقعات

گفتگو کے دوران چھوٹے موٹے واقعات پیش کئے جاتے ہیں جن کا مقصد ہونے والی گفتگو کے اثر کو بڑھانا ہوتا ہے۔ تاہم یہ واقعات زیر بحث مسئلے یا موضوع سے متعلق ہونے چاہئیں ورنہ انہیں پیش کرنے کا جو مقصد ہوتا ہے وہ فوت ہو جاتا ہے۔ اکثر اوقات لوگ محض محفل میں موجود دوسرے لوگوں کی توجہ حاصل کرنے کے لئے غیر متعلق واقعات پیش کرتے ہیں۔ ایسے واقعات سے گریز کرنا چاہئے۔

## لطائف اور چٹکے

گفتگو میں لطیفوں اور چٹکوں کو اہم مقام حاصل ہوتا ہے۔ اگر زندگی میں لطیفے اور تہقے نہ ہوتے تو زندگی ایک ناگوار بوجھ بن جاتی۔ اگر گفتگو خوشگوار ماحول میں ہو رہی ہے تو لطیفے اور چٹکے مشروبات کی طرح مزہ دیتے ہیں۔



تہقہ اس بات کی علامت ہوتا ہے کہ اس لمحے محفل میں شریک تمام افراد کسی ایک نقطے پر متفق ہیں۔ لطیفوں اور چٹکوں کی مختلف اقسام ہیں جنہیں

### گفتگو کا ہنر

حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا مشہور قول ہے کہ ”بولو تاکہ پہچانے جاؤ“۔ جب کوئی شخص گفتگو شروع کرتا ہے تو وہ اپنی گفتگو کے لئے جو الفاظ منتخب کرتا ہے اور طرز عمل اختیار کرتا ہے اس سے اس کی تعلیم، حیثیت، صلاحیت اور خوبیاں یا خامیاں ظاہر ہو جاتی ہیں۔



یہ ضرور ہے کہ گفتگو کا ہنر پیدا اشی صفت ہے۔ لیکن اس ہنر کو پرنکیش اور مشق کے ذریعے بھی حاصل کیا جاسکتا ہے۔ یونان کا مشہور زمانہ مقرر ڈی سٹھیز نے اپنی بکا اہٹ پر قابو پا کر خطابت میں نام پیدا کیا۔ اگر مشق کے

پیش کرنے کے طریقے بھی مختلف ہوتے ہیں۔ مزاح انسان کا ایک قیمتی جوہر اور صفت ہے لیکن ہر شخص اس صفت کا حامل نہیں ہوتا۔ تاہم لطیفوں کے ذریعے مزاح پیدا کرنا ہر ایک کے بس میں ہوتا لیکن اس کے لئے موقع محل کا خیال کرنا بہت ضروری ہوتا ہے۔

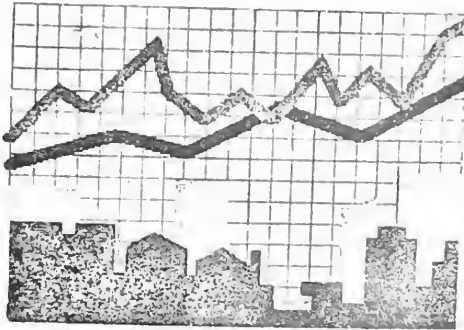
### زندگی کے تجربات

زندگی میں پیش آنے والے مختلف قسم کے تجربات بھی گفتگو کے عمل کو آگے بڑھانے میں مدد دیتے ہیں لیکن جب تجربات پیش کرنے کا مقصد دوسروں کے تجربات سے مقابلہ کرنا ہو تو پھر گفتگو میں سے خیر سگالی اور مسرت کے جذبات رخصت ہو جاتے ہیں۔

اس سلسلے میں ایک اور خرابی یہ پیدا ہو جاتی ہے کہ تجربات بیان کرنے والے شخص کی تمام گفتگو ”میں“ کے گرد گھومنے لگتی ہے اور جب یہ لفظ بکثرت استعمال ہونے لگے تو سننے والوں پر بوجھ بننے لگتا ہے۔ اس لئے تجربات کو صرف اس حد تک بیان کیا جانا چاہئے جس سے گفتگو جاندار، پر لطف اور دلچسپ بن جائے۔



محض انکار کرنا ہو تو صرف ”نہیں“ کا لفظ کہہ دینا کافی ہے۔ حیرت کے عالم میں ادا کیا جانے والا ”نہیں“ محض انکار والے ”نہیں“ سے مختلف تاثر لئے ہوتا ہے۔ اسی طرح خوف کے عالم میں ادا کیا گیا ”نہیں“ ان دونوں سے مختلف ہوتا ہے۔



زیر و بم یا اتار چڑھاؤ کا تعلق آپ کے باتیں کرنے کے سائل سے منسلک ہے۔ لیکن سائل اپناتے ہوئے یہ بات ضرور پیش نظر رکھنی چاہئے کہ آپ کا سائل آپ کی شخصیت کے مطابق ہو۔ سائل اور شخصیت میں فرق سے متعلقہ خیر صورت حال پیدا ہو سکتی ہے۔ اس لئے ایسا سائل اپنانا چاہئے جو آپ کی شخصیت سے میل کھاتا ہو۔ جب آپ اپنی شخصیت سے ہم آہنگ سائل تلاش

ذریعے بکلامت پر قابو پایا جاسکتا ہے تو مشق کے ذریعے گفتگو کے ہنر کو بھی بہتر بنایا جاسکتا ہے۔ دوستوں، رشتہ داروں اور شناساؤں کے قریبی حلقے میں کوئی بھی شخص اچھے انداز سے بات کر سکتا ہے لیکن ہر جگہ ہر قسم کے حالات میں بات کرنا کوئی کوئی جانتا ہے۔ مسلسل پریکٹس سے اتنی مہارت حاصل کی جاسکتی ہے کہ ہر قسم کے حالات میں موثر گفتگو کی جاسکے۔

آواز میں اتار چڑھاؤ

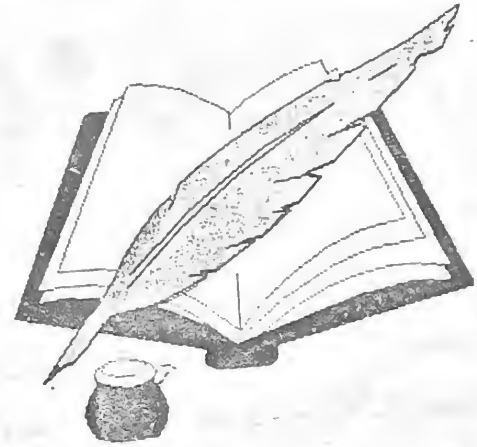
گفتگو میں اثر پیدا کرنے کے لئے آواز کا زیر و بم بھی موثر کردار ادا کرتا ہے۔

اس سلسلے میں باتیں کرنے والے شخص کو یہ معلوم ہونا چاہئے کہ وہ جملہ کس طرح ادا کرے، جملے میں کہاں وقفہ دینا چاہئے، پوزیشن (Situation) کے مطابق آواز میں کس قسم کا تاثر ضروری ہے۔ صحیح تلفظ بھی اچھی گفتگو کے لئے اہم ہے۔ آواز میں اتار چڑھاؤ اور تاثر کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ آپ ایک لفظ کو مختلف تاثرات کے ساتھ ادا کر سکتے ہیں۔ مثلاً ”نہیں“ کا لفظ ادا کرتے ہوئے محض زیر و بم کے اضافے کے ساتھ تاثر سے ہی اس صورتحال کو سامنے لا کر ادا کرتا ہے جس میں وہ ادا کیا جا رہا ہے۔ جب آپ

کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں تو پھر اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آپ بات کیسے کرتے ہیں۔ آپ جیسے بھی بات کریں گے، سننے والوں کی طرف سے آپ کو اچھا اور خوشگوار رد عمل ملے گا۔

### زبان پر عبور

اچھی گفتگو کے لئے زبان پر عبور ہونا بھی ایک اہم شرط ہے۔ کوئی شخص کتنا ہی اچھا بولنے والا ہو لیکن اگر وہ صورتحال کو بیان کرنے کے لئے



مناسب الفاظ کا ذخیرہ نہیں رکھتا تو اسے ناکام گفتگو کرنے والا تصور کیا جائے گا۔

اس لئے اس کے پاس اپنے خیالات اپنی رائے اور اپنے موضوع کو بیان کرنے کے لئے الفاظ کا ذخیرہ ضرور موجود ہونا چاہئے۔ یہ ہو سکتا ہے کوئی شخص مصنف ہو، کتابیں لکھتا ہو، ماہر تعلیم ہو، منصوبہ ساز یا پروفیسر ہو لیکن اس کے پاس اپنے خیالات کو بیان کرنے کے لئے الفاظ کا ذخیرہ موجود نہ ہو یا وہ اپنے خیالات کو مناسب طور پر ادا کرنے میں دقت محسوس کر رہا ہو۔ اس کا بنیادی سبب یہ ہوتا ہے کہ جو لوگ ہر وقت گہرے خیالات میں کھوئے رہتے ہیں وہ باتیں کرنے کی عادت سے محروم ہو جاتے ہیں۔ اس لئے جب کبھی ایسا موقع آتا ہے کہ انہیں اپنے خیالات دوسروں کے سامنے پیش کرنا پڑ جاتے ہیں تو وہ اظہار کے سلسلے میں مشکل محسوس کرتے ہیں۔

اظہار پر عبور حاصل کرنے کے لئے لوگوں سے گفتگو بہت ضروری ہے۔ زبان اور اظہار پر قدرت حاصل کرنے کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ اخبار یا کتاب بلند آواز سے پڑھی جائے۔ حتیٰ کہ وہ شخص محسوس کرنے لگے کہ اب الفاظ اور اظہار میں فاصلہ کم ہو رہا ہے اور لفظ خود بخود ذہن میں آتے چلے جا رہے ہیں۔



## خود اعتمادی

گفتگو کرنا ایک قسم کا ذہنی عمل ہے اور جب تک ذہن کو صورتحال کا پورا پورا ادراک نہیں ہوگا گفتگو کا عمل موثر انداز سے جاری نہیں رہ سکے گا۔ اچھی گفتگو



کے لئے صورتحال کو اچھی طرح سمجھنا اعتماد پیدا کرنے کا باعث ہوتا ہے۔ خود اعتمادی اچھی گفتگو کی اہم شرائط میں سے ایک ہے۔ کسی شخص میں یہ خود اعتمادی کیسے پیدا کی جاسکتی ہے تاکہ وہ کسی رکاوٹ، شرم کے احساس اور گومگو کی کیفیت میں مبتلا ہوئے بغیر آسانی سے اپنی گفتگو جاری رکھ سکے۔

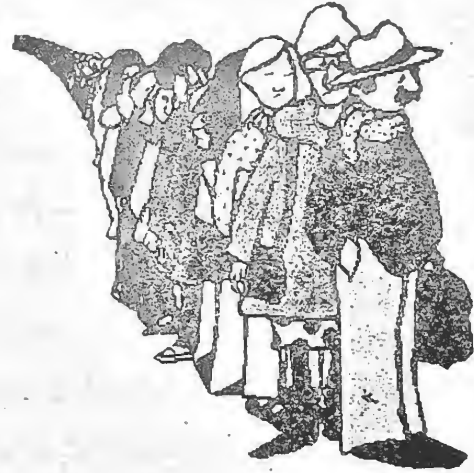
موجودہ دور میں اقتصادی صورت حال انسان کی خود اعتمادی کو بڑھانے یا گھٹانے میں اہم کردار ادا کر رہی ہے۔ اگر کوئی ہر وقت اپنی معاشی حالت کے بارے میں فکر مند رہتا ہے تو لازماً اس کا اعتماد ڈول جائے گا۔

معاشی حالت خود اعتمادی کے سلسلے میں اہم کردار ضرور ادا کر رہی ہے لیکن یاد رکھنا چاہئے کہ وہ محض ایک پہلو ہے۔ کیونکہ یہ ہو سکتا ہے کہ ایک شخص معاشی طور پر بہت خوشحال ہو، دولت مند ہو لیکن اس کے باوجود وہ گفتگو کرنے میں زیادہ بے باک نہ ہو۔ ہو سکتا ہے وہ شخص کسی ایسے نفسیاتی کمپلیکس کا شکار ہو جس کی وجہ سے وہ رواں گفتگو کرنے کا اہل نہ رہا ہو۔ اسی طرح ایک شخص جس کے پاس مادی وسائل کی فراوانی نہ ہو لیکن وہ شخص اعتماد کی دولت سے مالا مال ہو تو وہ دولت مند شخص کے مقابلے میں زیادہ بہتر طور پر گفتگو کر سکے گا۔ آپ یقیناً ایسے لوگوں سے ملے ہوں گے جن کی ذاتی زندگی انتہائی پریشانیوں اور دشواریوں کو بالائے طاق رکھ کر جب بات کرتے ہیں تو محفل میں زندگی کی لہر دوڑ جاتی ہے۔ دراصل انہوں نے یہ عادت تربیت کے ذریعے اپنائی ہے کہ اپنے مسائل فراموش کر کے صورت حال کے سانچے میں کس طرح خود کو ڈھالا جاتا ہے۔ اس لئے گفتگو کا عمل دیکھنے سے پہلے ضروری ہے کہ اپنے ذہن کو تربیت کے مراحل سے گزرا

جائے۔ آپ اپنے ذہن کو یہ سکھانے کی کوشش کریں کہ چیزوں کو ترتیب سے کیسے رکھا جاتا ہے۔ ایک بار جب آپ کا ذہن یہ عمل سیکھ جائے گا تو پھر آپ کی خود اعتمادی میں آپ کی زندگی کی مشکلات کبھی آڑے نہیں آئیں گی اور آپ اعتماد سے بھرپور گفتگو کر سکیں گے۔

### خیالات میں ترتیب اور تنظیم پیدا کیجئے

گفتگو الفاظ کی محتاج ہوتی ہے اور الفاظ خیالات کی پیداوار ہوتے ہیں۔ کسی شخص کے خیالات جس قدر منظم اور با ترتیب ہوں گے اسی قدر اس کی



گفتگو میں ترتیب اور تنظیم پائی جائے گی۔ غیر تعلیم یافتہ لوگ اپنے خیالات میں یہ ترتیب یا تنظیم نہیں پیدا کر سکتے تاہم تعلیم یافتہ لوگوں سے یہ توقع کی جاسکتی ہے کہ وہ جن خیالات کا اظہار کریں گے ان میں ترتیب اور تنظیم ہوگی۔ لیکن یہ تنظیم صرف خیالات تک ہی محدود نہیں ہونی چاہئے بلکہ اس کا دائرہ آپ کے جذبات اور احساسات تک پھیلا ہوا ہونا چاہئے۔ کیونکہ اگر ہم نے اپنے جذبات اور احساسات کی تربیت نہیں کی تو ہمارے خیالات بھی بے ربط ہو سکتے ہیں۔

### ذہنی تربیت کے لئے مطالعہ



ذہنی تربیت کے لئے مطالعہ سب سے بہترین طریقہ ہے۔ کتابوں کے مطالعہ سے آپ کے ذخیرہ الفاظ میں اضافہ ہوتا ہے کیونکہ مطالعہ کسی بھی طرح کا ہو بہر حال اس سے آپ کو زبان کا علم حاصل ہوتا ہے۔ جو بالآخر زبان



﴿ 69 ﴾

سننے والا انہیں آسانی سے سمجھ کر ذہن نشین کر سکے۔ اس طرح پڑھانے والے کو اپنے خیالات پیش کرنے کا سلیقہ آ جاتا ہے۔

### گفتگو کے نقائص اور ان کا علاج

اگر یہ کہادت سچ ہے کہ قلم تلوار سے زیادہ طاقت ور ہوتی ہے تو پھر یہ بات بھی درست ہے کہ الفاظ کسی بھی ہتھیار سے زیادہ موثر ہوتے ہیں۔ تبلیغ



کرنے والے، اولیاء اللہ اور سیاستدان کسی بھی صورت حال سے با آسانی عہدہ

﴿ 68 ﴾

پر عبور حاصل کرنے کا ذریعہ بنتا ہے۔ پڑھنے کا لازمی نتیجہ ہے کہ انسان میں اپنے خیالات کو تحریر میں لانے کا رجحان پیدا ہوتا ہے۔ تحریر کے ذریعے انسانی خیالات میں تنظیم پیدا ہوتی ہے اور پھر یہی تنظیم اس کی گفتگو میں ظاہر ہونے لگتی ہے۔

### گفتگو میں مہارت حاصل کرنے کا ایک طریقہ



گفتگو میں مہارت حاصل کرنے کا ایک اور عمدہ طریقہ تدریس ہے یعنی کسی کو پڑھانا شروع کر دیں۔ استاد کو پڑھانے سے پہلے متعلقہ موضوع پر اپنے خیالات یکجا کرنے پڑتے ہیں اور پھر انہیں اس طرح پیش کرنا ہوتا ہے کہ

براء ہو سکتے ہیں۔ کیوں؟ اس لئے کہ ان کے پاس لفظ کی طاقت ہوتی ہے۔ ہمدردی سے لبریز الفاظ استعمال کر کے کسی بھی مجرم حتیٰ کہ قاتلوں کو بھی راہ راست پر لایا جاسکتا ہے۔ الفاظ حیرت انگیز طور پر کام کرتے ہیں اور دلوں کو فتح کرنے میں بڑی مدد دیتے ہیں۔ لیکن اگر بات کرنے والا بولنے میں کسی قسم کی دشواری محسوس کرتا ہے تو اسے بالکل آغاز ہی میں نقصان سے دو چار ہونا پڑتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ بولنے میں دشواری محسوس کرنے والا شخص حیرت انگیز قوت مشاہدہ کا مالک ہو یا اس میں کئی قسم کی دوسری خوبیاں ہوں لیکن گفتگو میں دشواری کی وجہ سے اسے جو نقصان اٹھانا پڑ رہا ہوتا ہے اس کی تلافی نہیں ہو سکتی۔

### آواز میں رعشہ یا کپکپاہٹ

آواز زبان کی مدد سے خیالات کے اظہار کا اہم ترین ذریعہ ہے۔ یہ ضرور ہے کہ اچھی اور بے داغ گفتگو میں آواز ہی سب کچھ نہیں ہوتی لیکن خیالات کے تبادلے میں اس کا جو کردار ہے اسے کم اہم نہ سمجھنا چاہئے۔ آواز میں رعشہ یا کپکپاہٹ پیدا ہونے کے کئی اسباب ہو سکتے ہیں۔ ان میں سے اہم عدم تحفظ کا احساس ہے جو آواز میں لرزش پیدا ہونے کا سبب بنتا ہے۔ جتنا کوئی شخص اس لرزش یا کپکپاہٹ کو دبانے یا کنٹرول کرنے کی کوشش کرتا ہے اتنا ہی

اسے اپنے اس نقص کا احساس ہوتا ہے جس کے نتیجے میں وہ بولتے ہوئے بار بار



غلطی کرتا ہے۔ اس نقص کو ختم کرنے کے لئے پہلے اس سبب کو ختم کرنا پڑتا ہے جس کی وجہ سے وہ پیدا ہو رہا ہے۔ اگر یہ کپکپاہٹ کسی بیماری، سردی یا کسی اور وجہ سے پیدا ہوئی ہے تو یہ ایک عارضی بات ہے۔ لیکن اگر اس کا سبب خوف، شرم، کمتری یا عدم تحفظ کا احساس ہے تو گفتگو کرنے والے کو ان اسباب کا تجزیہ کر کے انہیں دور کرنے کی کوشش کرنی چاہئے۔ اگر مسلسل پریکٹس کی جائے اور متعلقہ اسباب کو محنت اور لگن سے دور کر دیا جائے تو پھر بڑی حد تک اس نقص پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

## لکنت

لکنت یا انک انک کر بولنا اظہار بیان کی راہ میں سب سے سنگین مسئلہ ہے۔ اس مسئلے کا ایک افسوسناک پہلو یہ ہے کہ جب کوئی شخص ہکا کر بولنے کی کوشش کر رہا ہوتا ہے تو بعض دیکھنے والے اس کی اس حالت پر بے ساختہ ہنس پڑتے ہیں۔ یہ حرکت ناقص تربیت اور پرورش کی آئینہ دار ہے۔ بہتر ہے کہ اس طرح کی حرکت کرنے والے لوگوں سے کنارہ کشی اختیار کر لی جائے۔ لکنت ابتدائی نوعیت کی بھی ہو سکتی ہے اور سنگین نوعیت کی بھی۔ ان دونوں نقائص پر قوت ارادی کی مدد سے قابو پایا جاسکتا ہے۔ پریکٹس کے ذریعے ابتدائی قسم کی لکنت کو تو بالکل ختم کیا جاسکتا ہے۔ بہت کم لوگوں کو معلوم ہوگا کہ پاکستان کی مشہور و معروف شخصیت حکیم محمد سعید لکنت کے مرض میں مبتلا تھے۔ لیکن انہوں نے اپنی بے پناہ قوت ارادی اور پریکٹس سے اس مرض پر اس حد تک قابو پالیا تھا کہ لوگوں کے اجتماعات میں گھنٹوں بولتے رہتے تھے اور کسی کو ان کی اس دشواری کا احساس بھی نہیں ہوتا تھا۔ یہ ضرور ہے کہ ان نقائص پر قابو پانے کے لئے بہت زیادہ محنت کرنی پڑتی ہے۔ لیکن اگر ان پر قابو پانے کا عزم ہو تو پھر یہ کوئی غیر معمولی رکاوٹ نہیں ہے۔ جسے عبور نہ کیا جاسکتا ہو۔ اگر تیراکی، سکیٹنگ، غوطہ خوری اور رے پر چلنے جیسے مشکل فن سیکھے جاسکتے ہیں تو اس مشکل پر بھی قابو پایا جاسکتا ہے۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ بولنے کا یہ نقص اس وقت پیدا ہوتا ہے جب بولنے کے دوران سانس لینے اور اسے خارج کرنے کے عمل پر کنٹرول نہیں رہتا۔ ان کا کہنا ہے کہ جب کوئی شخص بولتے ہوئے سانس باہر نکال رہا ہوتا ہے تو اس کی زبان سے ادا ہونے والے الفاظ اور اس کے جسم کی دوسری اضطراری حرکات کے درمیان رابطہ قائم نہیں رہتا جس کے باعث لکنت کا مسئلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اس لئے ایسے شخص کو چاہئے کہ وہ چلتے ہوئے اور دوڑتے وقت بولنے کی پریکٹس کرے۔ اس کے علاوہ مختلف قسم کے انداز نشست اور حرکات کے دوران بھی بولنے کا عمل جاری رکھے۔ جب سانس لینے کا عمل مختلف قسم کی جسمانی حرکات سے ہم آہنگ ہو جائے گا تو متعلقہ شخص بڑی حد تک انک انک کر بولنے پر قابو پالے گا۔ اس کے علاوہ اگر بولتے وقت منہ میں کوئی چھوٹی سی چیز جیوگم یا گولی رکھ لی جائے تو اس سے بھی زبان کی غیر حرکت پذیری کو کم کرنے میں مدد ملتی ہے اور وہ الفاظ کو زیادہ تیزی کے ساتھ ادا کرنے کے قابل ہو جاتی ہے۔

## گفتگو کے فوائد

جس طرح زندگی میں کئے جانے والے دوسرے کاموں کے فوائد ہوتے ہیں اسی طرح گفتگو کرنے والوں کو بھی کچھ فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ یہ

بات تو طے ہے کہ گفتگو کسی بھی قسم کی ہو، کچھ نہ کچھ معلومات ضرور فراہم کرتی ہے کیونکہ بات چیت سے خیالات اور تجربات کے تبادلے کا موقع ملتا ہے۔ مذاق، تفریح اور لطائف کو کم اہم نہیں سمجھنا چاہئے کیونکہ بہر حال ان سے خوشگواریت کا احساس تو ہوتا ہے اور زندگی زیادہ گوارہ اور قابل برداشت ہو جاتی ہے۔

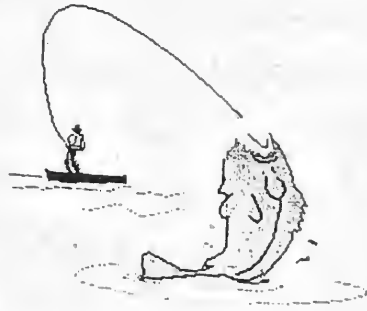


جب کوئی شخص دوسرے لوگوں کے ساتھ مل کر با مقصد گفتگو کرتا ہے تو اس سے نہ صرف اسے بلکہ دوسروں کو بھی فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ اچھی گفتگو کے اغراض و مقاصد کی کوئی انتہا نہیں ہے۔ اس سے اظہار رائے کو بہتر بنانے میں

مدد ملتی ہے۔ گفتگو ایک ایسا کھیل ہے جس میں ہار جیت کوئی اہمیت نہیں رکھتی۔ بنیادی مقصد اس سے لطف حاصل کرنا ہوتا ہے۔ گفتگو میں چھوٹے چھوٹے سماجی تعصبات سے گریز کرنا چاہئے۔

### مقاصد کیسے حاصل کئے جائیں

گفتگو کا اعلیٰ ترین مقصد احساسات اور خیالات کو بہترین انداز سے منتقل کرنا ہوتا ہے۔ بعض اوقات الفاظ غیر ضروری ہو جاتے ہیں۔ اور خاموشی



خود زبان بن جاتی ہے۔ ایسی صورت حال میں گفتگو کی ضرورت با رہتی۔



ضروری نہیں کہ دوسروں سے ہمیشہ اتفاق کیا جائے۔ صحت مند اور دیانت دارانہ تنقید کا خیر مقدم کرنا چاہئے۔



اچھی گفتگو کرنے کے لئے خود کو بہتر بنانے کا عزم موجود ہونا چاہئے۔ اگر یہ عزم پختہ ہے تو جذباتیت کی وجہ سے پیدا ہونے والی دوسری رکاوٹیں از خود دور ہو جاتی ہیں۔

دونوں افراد احساسات کی اس منزل پر ہوتے ہیں جہاں تاثرات ہی سے ایک دوسرے کی بات سمجھ لی جاتی ہے۔ محبت کرنے والوں میں اسی طرح کا ذہنی رابطہ ہوتا ہے۔ وہ خاموش رہ کر بھی ایک دوسرے کو اپنے احساسات منتقل کر سکتے ہیں اور دوسرے کے احساسات سے آگاہ ہو سکتے ہیں۔

گفتگو سے پوری طرح لطف اندوز ہونے کے لئے ضروری ہے کہ فطری انداز اختیار کیا جائے۔ اگر کوئی شخص بات چیت اور طرز عمل کے اعتبار سے فطری انداز اختیار کرنا سیکھ جاتا ہے تو اس سے زیادہ شاندار اور متاثر کن بات کوئی اور نہیں ہو سکتی۔ جب کوئی شخص صرف دوسروں کو متاثر کرنے کی کوشش کرتا ہے تو چاہے اس میں کتنی ہی خوبیاں کیوں نہ ہوں اس کا غیر فطری انداز اس کی شخصیت کے بارے میں درست تاثر قائم نہیں ہونے دیتا۔ دوسروں کی باتوں پر توجہ دی جائے۔ ان کی باتوں پر معقول رد عمل ظاہر کیا جائے اور ہونے والی گفتگو کو آگے بڑھانے میں مدد دی جائے۔ یہی ایک اچھی گفتگو کرنے والے کی سب سے بڑی خوبی شمار کی جاتی ہے۔

سننا بھی ایک فن ہے

ایک چیختا ہوا سوال مزید کنی حقائق سامنے لانے کا باعث ہوتا ہے۔

اگر گفتگو سے شرکاء میں بہتری کا احساس پیدا نہیں ہوتا تو یہ محض کھوکھلی اور بے جان گفتگو سمجھی جائے گی۔ جب کوئی شخص گفتگو کو کامیاب بنانے کی کوشش کرتا ہے تو وہ نہ صرف اپنے لئے بلکہ دوسروں کے لئے بھی پر لطف گفتگو کے دروازے کھول رہا ہوتا ہے۔ اچھی گفتگو اور اچھی گفتگو کرنے والا دونوں کسی بھی محفل کا اثاثہ ہوتے ہیں۔ پریشانی، بے چینی اور اعصاب زدگی کے اس دور میں اسی اثاثے کی ضرورت ہے۔

زندگی میں آگے بڑھنے میں مشکلات کو شکست دینے  
 کامیابی حاصل کرنے اور خوش اور مطمئن رہنے کے لئے  
**ایسی باتیں کی 19** مشہور کتابیں

- زندگی کا دروازہ کھلا ہے ..... وقار عزیز
- نفعیات کے چند آسان اصولوں کی مدد سے دوسروں پر جادو کیجئے ..... وقار عزیز
- جیسا سوچو ویسا ہی بن جاؤ ..... وقار عزیز
- اپنے اندر بڑی اور شاندار تبدیلی لائیں ..... وقار عزیز
- اچھی سوچ راہ آسان منزل قریب ..... وقار عزیز
- 42 دن میں خود کو بدل ڈالیں ..... وقار عزیز
- گفتگو اور تقریر کا فن ..... وقار عزیز
- ذہنی صلاحیت بڑھائیں ..... وقار عزیز
- خود اعتمادی، گفتگو اور دوستی کا فن ..... وقار عزیز
- دوست بنائیں ترقی کریں ..... وقار عزیز
- انتہائی دلچسپ کتاب ..... وقار عزیز
- دانشوروں نے کہا ..... وقار عزیز
- قوتِ ارادی کا جادو ..... رفیق چوہان
- دولت شہرت اور کامیابی کے سات اصول ..... شاہین اقبال
- اپنی زندگی خود بنائیں ..... وقار عزیز و ذوالفقار ناظم
- تمھاری محنت زیادہ تر ترقی ..... یعقوب چودھری
- محبت کا فن ..... شاہین اقبال
- ژر اور خوف پر فتح ..... آفتاب احمد قریشی
- مینشن، پرنٹیشن اور بے چینئی سے نجات ..... سجاد اسلم

ہر اچھے نگہ سال سے طلب کر رہا تھا لکھ کر **ایشیا بکس** سے منگوا میں  
کتابوں کی مکمل فہرست، کتابتیں اور گھر بیٹھے کتابیں منگوانے کے لیے اپنا پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ بھیج دیا۔

ایشیا بکس کی کتابیں ان بجک میز سے بھی مل سکتی ہیں

- [illegible]

## ایشیا بکس کی انجمنی مفید دلچسپ اور کم قیمت کتابیں



دانشوروں نے کہا (اقوال زریں)  
عظیم دانشوروں کی خوبصورت باتیں  
گھر بیٹھے اپنا علاج کریں (ڈاکٹر کا کتاب گیتا)  
دل کے امراض بلڈ پریشر زیاہٹس اور موٹاپا  
21 دنوں میں مٹا پے سے نجات حاصل کریں  
کرتے ہاؤس کا علاج  
بچے کی صحت علاج پرورش اور تربیت  
گھر کا دوا خانہ  
سپلوں اور سبز یوں سے اپنا علاج کریں  
21 دنوں میں خوبصورت جلد  
یونی کیر کے نسخے اور گریلیز کریس  
نمازا اور نماز کے مسائل  
دعاؤں کی قبولیت کے لئے اسم اعظم  
دعاؤں جو قبول ہوتی ہیں  
ذخیرہ عملیات  
آسان دوا کتب اور تعویذ  
طب نبوی  
رشوت اور حرام کی کٹائی  
اللہ تک پہنچنے والے  
بیاری دنا میں  
اللہ کے پاک ناموں سے مشکلات کا حل  
سورۃ فاتحہ سے مشکلات کا حل  
آیۃ الکرسی سے مشکلات کا حل  
سورۃ یسین سے مشکلات کا حل  
خوبصورت نعمتوں کی کئی کتابیں  
خوبصورت شاعری کے کئی انتخاب  
منتخب اشعار  
100 مشہور غزلیں  
100 یادگار غزلیں  
دی پرافٹ (ظلیل جبران)

زندگی کا روزہ کھلا ہے (ڈیل کارنگی)  
دوسروں پر جادو کیجئے (ڈیل کارنگی)  
جیسا سوچو ویسا ہی بن جاؤ  
اپنے اندر بڑی اور شاندار تبدیلی لائیں  
پریشان ہونا چھوڑیے بیباک شہر کیجئے  
شیشے بول میں جادو ہے  
اجی سوچ راہ آسان منزل قریب  
42 دن میں خود کو بدل ڈالیں  
کامیابی کی نیڑی پڑی اور پی اور  
دہشت گرد اور کامیابی کے سات اصول  
گفتگو اور تقریر کا فن (ڈیل کارنگی)  
اجی گفتگو کا سلیقہ  
ذہنی صلاحیت بڑھائیں  
خود اعتمادی گفتگو اور دوستی کا فن  
قوت ارادی کا جادو  
دوست بنائیں ترقی کریں  
انجمنی دلچسپ کتاب  
اپنی زندگی خود بنائیں  
ڈراما خوف پر فتح  
لیشن ڈپریشن اور بے چینی سے نجات  
تھوڑی محنت زیادہ ترقی  
میلی بیتی کے عملی طریقے  
ہیٹانوم کے آسان طریقے  
چہرہ بڑھاتا کیس  
امتحان میں کامیابی حاصل کریں  
ملازمت کے لئے انٹرویو دینے کا فن  
کیر کا تھیم: کیس کا فن  
کیر کا پاسری  
قسمت کی گھیریں اور ستارے  
محبت شادی اور قسمت  
محبت کا فن

مختلف موضوعات پر  
بے شمار مفید اور دلچسپ کتابیں  
کتابوں کی مکمل فہرست، قیمتیں  
اور گھر بیٹھے کتابیں منگوانے کا  
طریقہ معلوم کرنے کے لئے اپنا پتہ  
لکھا کر ادراجی ایف ایف ایف بھیجیں

ایشیا بکس پوسٹ بکس نمبر 554  
راولپنڈی پوسٹ کوڈ 46000